

**PERBEDAAN PENGETAHUAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA
PADA CEDERA OLAHRAGA SEBELUM DAN SESUDAH DIBERI
PELATIHAN DI KOTA SOLOK**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga (S.Or) Jurusan Kesehatan dan Rekreasi*



Oleh :

**WEGI ALFARINDO
NIM. 14089063**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Perbedaan Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Sebelum Dan Sesudah Diberi Pelatihan Dikota Solok

Nama : Wegi Alfarindo
Nim/BP : 14089063 / 2014
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2019

Disetujui Oleh

Pembimbing I



dr. Arif Fadli Muchlis, M. Biomed

NIP. 19730822 200604 1 00 1

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP, M. Kes

NIP. 19700512 199903 2 001

PENGESAHAN SKRIPSI


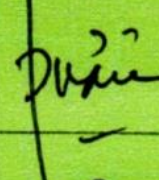
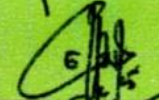
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

PERBEDAAN PENGETAHUAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA CEDERA OLAHRAGA SEBELUM DAN SESUDAH DIBERI PELATIHAN DIKOTA SOLOK

Nama : Wegi Alfarindo
Nim/BP : 14089068/2014
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2019

Tim Penguji

| Nama | Tanda Tangan |
|--|--|
| 1. Pembimbing : dr.Arif Fadli Muchlis, M.Biomed | 1.  |
| 2. Penguji : dr. Pudia M.Indika, M.kes, AIFO-K | 2.  |
| 3. Penguji : Anggun Permata Sari, S.Si, M.Pd, AIFO | 3.  |

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Perbedaan Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama pada Cedera Olahraga Sebelum dan Sesudah Diberi Pelatihan di Kota Solok”** adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain kecuali pembimbing;
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan kepada kepustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2019
Yang membuat pernyataan,



WEGI ALFARINDO
NIM. 14089063

ABSTRAK

Wegi Alfarindo (2014) : Perbedaan Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama pada Cedera Olahraga Sebelum dan Sesudah Diberi Pelatihan Di kota Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah pelatih masih melakukan pertolongan pertama pada cedera olahraga yang salah dan tidak sesuai dengan prosedur yang benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan pelatih antara sebelum dan sesudah diberi program penyuluhan tentang pertolongan pertama pada cedera olahraga di Kota Solok.

Jenis Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian ini dilakukan di Gedung Aula Dispora Kota Solok pada Bulan Juli 2019. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Pelatih Cabang Olahraga yang masih aktif mengajar di cabang olahraga nya masing-masing, yang berjumlah 10 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*, sehingga dalam penelitian ini sampel berjumlah 10 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket (Kuesioner).

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang berarti pada tingkat pengetahuan pelatih sebelum diberi pelatihan dan sesudah diberi pelatihan di Kota Solok, dengan perolehan persentase sebelum (45,76%) dan yang sesudah (76,06%).

Kata Kunci : Perbedaan Pengetahuan, Cedera Olahraga.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal Penelitian ini dengan judul **“Perbedaan Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama pada Cedera Olahraga Sebelum dan Sesudah Diberi Pelatihan di Kota Solok”** Shalawat besertakan salam di sampaikan buat Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliah kezaman yang kita rasakan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pembuatan ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti dengan segala kerendahan hati menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Ganefri Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang telah menerima penulis untuk kuliah di Universitas Negeri Padang di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan Rekreasi.
2. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kesempatan untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

3. Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang telah memberikan pelayanan dalam proses pembelajaran.
4. dr. Arif Fadli Muchlis, M.Biomed yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak-bapak dosen penguji, dr. Pudia M. Indika, M.kes, AIFO-K dan Anggun Permata Sari, S.Si., M.Pd, AIFO yang telah memberikan kritik, sumbang saran yang sifatnya untuk memperbaiki skripsi penulis.
6. Seluruh bapak ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
7. Teristimewa kepada orang tua dan kakak/adik yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Rekan - rekan mahasiswa Jurusan Kesehatan Rekreasi tahun 2019 yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Agustus 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR..... | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR TABEL..... | vi |
| DAFTAR GAMBAR..... | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | viii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 5 |
| C. Pembatasan Masalah..... | 6 |
| D. Perumusan Masalah | 6 |
| E. Manfaat Penelitian | 6 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Kajian Teori..... | 8 |
| B. Kerangka Konseptual | 25 |
| C. Pertanyaan Penelitian | 26 |
| | |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian..... | 27 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 28 |
| C. Populasi dan Sampel | 28 |
| D. Jenis dan Sumber Data | 29 |
| E. Instrumen Penelitian..... | 29 |
| F. Teknik Analisis Data..... | 31 |
| | |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| A. Hasil Penelitian | 32 |
| B. Deskriptif Data | 36 |
| C. Pembahasan..... | 37 |

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan..... | 39 |
| B. Saran..... | 39 |
| DAFTAR PUSTAKA | 40 |
| LAMPIRAN..... | 41 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Tingkatan Pengetahuan | 11 |
| 2. Kisi-Kisi Berdasarkan Indikator | 30 |
| 3. Distribusi Data Jawaban Sebelum Pelatihan | 33 |
| 4. Distribusi Data Jawaban Sesudah Pelatihan | 35 |
| 5. Distribusi Data | 36 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual | 25 |
| 2. Rancangan Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest</i> | 27 |
| 3. Histogram Data Sebelum Pelatihan | 33 |
| 4. Histogram Data Sesudah Pelatihan | 35 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Petunjuk Pengisian Angket | 41 |
| 2. Pertanyaan | 42 |
| 3. Karakteristik Sampel..... | 49 |
| 4. Deskripsi Data Sebelum Pelatihan | 50 |
| 5. Deskripsi Data Sesudah Pelatihan..... | 51 |
| 6. Uji Normalitas Data Sebelum Melakukan Penyuluhan..... | 52 |
| 7. Uji Normalitas Data Sebelum Melakukan Penyuluhan..... | 53 |
| 8. Dokumentasi Penelitian | 54 |
| 9. Surat-Surat Izin Penelitian | 61 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) pada masa sekarang ini sangat memberikan perubahan-perubahan di berbagai bidang ilmu pengetahuan dan teknologi, para pakar olahraga banyak menemukan penemuan-penemuan baru, baik itu dari segi teori mengenai teknik-teknik maupun dalam bentuk peralatan yang canggih yang sangat menunjang dan berguna untuk meningkatkan prestasi olahraga. Olahraga merupakan kegiatan yang bermanfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Selain memupuk watak, kepribadian, disiplin dan sportifitas juga dapat mengembangkan kemampuan daya pikir. Secara fisiologis olahraga dapat meningkatkan kualitas fungsi organ tubuh, sistem pernafasan, sistem endokrin dan sistem syaraf.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab 2 Pasal 4 tentang dasar, fungsi, dan tujuan olahraga:

“Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan kutipan, jelas bahwa salah satu tujuan olahraga adalah untuk prestasi. Menurut Syafruddin (2012) “olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilakukan dengan tujuan meraih suatu prestasi yang tinggi”. Maksudnya adalah membina dan mengembangkan cabang-cabang olahraga

yang diarahkan untuk mengikuti pertandingan atau perlombaan yang bertaraf nasional, regional maupun internasional. *Event* kejuaraan atau pertandingan baik regional maupun internasional banyak sekali pada cabang olahraga yang dipertandingkan. Biasanya cabang olahraga yang sering kali dipertandingkan adalah cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat. Artinya cabang olahraga tersebut tidak hanya dikenal oleh kalangan tertentu, namun cabang olahraga tersebut dikenali oleh seluruh lapisan masyarakat.

Menurut Wibowo (2018) “Olahraga saat ini telah menjadi salah satu kebutuhan manusia untuk menjaga kesehatan tubuh dan sebagai sarana hiburan atau rekreasi yang menyenangkan”. Dalam pertandingan olahraga terjadi persaingan antar atlet, sehingga pada umumnya atlet terus berusaha memacu kemampuannya agar dapat meraih prestasi yang tinggi. Namun karena persaingan yang ketat tersebut, sering terjadi benturan, gerakan tubuh tiba-tiba, jatuh yang tidak tepat, gerakan eksplosif, *overuse*, *overtraining* sehingga dapat mengakibatkan atlet tersebut mengalami cedera olahraga.

Menurut Setiawan (2010: 4) “cedera olahraga adalah segala macam cedera yang timbul pada saat berolahraga, baik pada waktu latihan, pada waktu pertandingan ataupun pada waktu sesudah pertandingan olahraga”. Dalam cedera olahraga ini sangat rentang terjadi, maka dari itu cedera olahraga harus cepat ditangani dan dibenarkan apabila terjadi kesalahan dalam penanganan maka mengakibatkan gangguan atau keterbatasan fisik. cedera. Banyak sekali kasus yang terjadi, apalagi atlet yang sedang melakukan aktivitas olahraga akan banyak terjadi kontak langsung.

Menurut Wibowo (2018) “Cedera olahraga adalah cedera pada sistem integumen, otot dan rangka yang disebabkan oleh kegiatan olahraga”. Cedera olahraga disebabkan oleh berbagai faktor antara lain kesalahan metode latihan, kelainan struktural maupun kelemahan fisiologis fungsi jaringan penyokong dan otot. Bagian tubuh yang risiko terbesar mengalami dalam aktifitas olahraga seperti pergelangan kaki.

Menurut Kurniawan (2017) “Cedera yang parah dianggap sebagai peristiwa traumatis dalam hidup dan akan berakibat pada keadaan fisik dan psikologisnya, upaya penanganan cedera melalui tahapan perbaikan fisik memang menjadi hal yang sangat penting, namun tidak semua atlet merasa cukup mampu untuk kembali turun ke lapangan dalam kondisi yang sepenuhnya seperti sebelum cedera”. Masih dijumpai ketakutan, kekhawatiran, dan efek traumatis lain yang menghambat performa mereka di lapangan.

Untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam olahraga, kondisi fisik yang prima dan program latihan yang bagus memegang peranan penting, karena setiap program latihan yang dibuat harus selalu mencakup beberapa aspek seperti: kondisi fisik, koordinasi, teknik, taktik dan sektor mental atlet. Hal ini merupakan faktor dasar kinerja seorang atlet yang saling berhubungan dengan yang lainnya untuk mencapai prestasi.

Menurut *American Collage of Emergency physician/ ACEP* (2010:2) “Pelatih olahraga untuk pemain muda memiliki tanggung jawab dalam mengenali dan menangani penyakit atau cedera mendadak selama latihan atau pertandingan”. Para pelatih sering di paksa untuk mengambil keputusan kapan

atlet kembali bermain dan bertanggung jawab untuk memastikan bahwa atlet yang sakit atau cedera ditangani secara baik.

Program pertolongan pertama dan pencegahan cedera olahraga mempersiapkan pelatih olahraga bagi pemain muda untuk terbiasa menghadapi hal-hal tersebut dan situasi kedaruratan lain. Pada akhir kursus, seorang pelatih akan disiapkan untuk mengembangkan rencana tindakan, belajar kapan harus turun tangan, dan kapan bantuan medis diperlukan. Pelatih akan dilatih untuk mengambil tindakan segera dalam merawat atlet-atlet yang sakit atau cedera dan memahami prosedur follow-up yang sesuai untuk memastikan bahwa atlet menerima perawatan medis yang sesuai dan bahwa keputusan kembali bermain di ambil secara tepat.

Karena banyak cedera olahraga dapat dicegah, pelatih memiliki tanggung jawab tambahan dalam mengantisipasi cedera-cedera yang mungkin terjadi dan mengimplementasikan strategi pencegahan untuk mengontrol dan mengurangi cedera. strategi-strategi yang digunakan untuk meminimalkan dan mengontrol cedera meliputi program conditioning yang sesuai; perlengkapan yang pas; dan permukaan tempat bermain yang aman, bebas dari rintangan dan resiko.

Berdasarkan hasil bobservasi yang peneliti lakukan, peneliti melihat pelatih masih melakukan pertolongan pertama pada cedera olahraga yang salah dan tidak sesuai dengan tata cara yang benar. kurang memahami bagaimana pertolongan pertama yang benar dilakukan terhadap atlet yang cedera. Seperti pada saat atlet tersebut mengalami cedera pada pergelangan kakinya pelatih

hanya memberikan penanganan seperti instruksi yang di berikan kepada atlet untuk melakukan jalan jongkok. Disisi lain penanganan yang diberikan pelatih tersebut tidak salah akan tetapi berpengaruh untuk jangka panjang bagi atlet tersebut. Berdasarkan penanganan cedera seharusnya atlet yang baru mengalami cedera tersebut di istirahatkan terlebih dahulu. Pada saat latihan maupun pertandingan, adanya faktor-faktor penunjang lainnya seperti terjadinya cedera pada saat dilapangan yaitu kondisi lapangan yang tidak memadai seperti lapangan yang licin dan berlubang. Saat terjadi strain atau sprain pada atletnya, Pelatih hanya melakukan gerakan melawan kontraksi otot untuk penanganan pada strain.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan di atas, maka penulis tertarik mengadakan penelitian mengenai **“Perbedaan Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama pada Cedera Olahraga Sebelum dan Sesudah Diberi Pelatihan di Kota Solok”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penulis mengemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Pelatih masih belum memahami tata cara pertolongan pertama pada cedera olahraga yang benar.
2. Belum ada penyuluhan tentang penatalaksanaan dan pertolongan pertama pada atlet yang cedera di kota solok.
3. Kecacatan yang di alami oleh atlet yang di sebabkan terlambatnya pertolongan pertama pada atlet.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah tersebut, maka pembatasan masalah pada penelitian ini adalah: Perbedaan pengetahuan tentang pertolongan pertama pada cedera olahraga sebelum dan sesudah diberi pelatihan di kota solok.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut, maka perumusan masalah sebagai berikut: Apakah Terdapat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Sebelum Dan Sesudah Diberi Pelatihan Di Kota Solok?

E. Manfaat Penelitian

Penulisan ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan. Selain itu, diharapkan dapat memberikan wawasan dan manfaat, sebagai berikut:

1. Sebagai syarat bagi peniliti untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai gambaran bagi pelatih olahraga agar dapat meningkatkan pengetahuan terhadap cedera pada olahraga.
3. Sebagai acuan / pedoman bagi pelatih dalam memberikan pengetahuan, penanggulangan dan pencegahan cedera pada olahraga.
4. Sebagai bahan praktis dalam mempelajari pengetahuan cedera olahraga oleh pelatih Kota Solok.
5. Sebagai bahan bacaan dan pedoman bagi Pelatih Cabang Olahraga Kota Solok.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan Terdapat perbedaan yang berarti antara tingkat pengetahuan pelatih sebelum dan sesudah diberi pelatihan tentang pertolongan pertama pada cedera olahraga di Kota Solok. Dengan hasil persentase sebelum 45,76% dan sesudah 76,06%, Ini berarti terdapat perbedaan pengetahuan pelatih sebelum dan sesudah diberi pelatihan tentang pertolongan pertama pada cedera olahraga di Kota Solok.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Kepada para pelatih cabang olahraga disarankan untuk menerapkan pertolongan pertama yang sudah diajarkan pada saat pelatihan.
2. Kepada pelatih cabang olahraga disarankan untuk lebih baik dalam menentukan pertolongan pertama kepada atlet agar pada saat atlet cedera tidak merugikan atlet dimasa yang akan datang.
3. Kepada peneliti yang ingin melakukan studi lebih mendalam tentang tingkat pengetahuan pelatih sebelum dan sesudah diberi pelatihan pertolongan pertama pada cedera olahraga disarankan untuk lebih mengetahui dalam melakukan pertolongan pertama agar tidak merugikan atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- American College Of Emergency Physicians*. 2010. *Pertolongan Pertama Dan Pencegahan Cedera Olahraga*. Jakarta. Erlangga.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hastuti, Tri Ani. 2006. "Cedera pada permainan bolabasket. "*Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* 5.1 Volume 5, April 2006. (Jurnal Skripsi)
- Junaidi, Iskandar. 2011. *Pedoman pertolongan pertama yang harus dilakukan saatgawat dan darurat medis*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Kurniawan, Afif. "Metode Kognitif dan Behavioral untuk Mengelola Stres dan Rasa Sakit Akibat Cedera pada Atlet Bola Basket." *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 2.1 (2017): 63-76.
- Mubarak, WI. (2007). *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Mufa Wibowo, S. *EFEK SEGERA PEMBERIAN KINESIO TAPING PADA INSTABILITAS FUNGSIONAL PERGELANGAN KAKI ATLET BASKET LAKI-LAKI*. Diss. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta, 2018.
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2003. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : RinekaCipta.
- Setiawan, K.H. (2010). *TP. Pencegahan dan perawatan cedera olahraga*. Singaraja: UNDIKSA.
- Sudijandoko, Adun. 2000. *Perawatan dan Pencegahan Cidera*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Undang-Undang Negara Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*.
- Yusuf, A. Muri. 2007. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.