

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG CEDERA ANKLE PADA
PEMAIN SEPAK BOLA DI SATUAN DENPOM DIVIF 2
KOSTRAD LAWANG MALANG**



**OLEH :
BAMBANG TRIYANTO
NIM 16.1.148**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2018/2019**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG CEDERA ANKLE PADA
PEMAIN SEPAK BOLA DI SATUAN DENPOM DIVIF 2
KOSTRAD LAWANG MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



OLEH :
BAMBANG TRIYANTO
NIM 16.1.148

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2018/2019**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bambang Triyanto
Tempat/Tanggal Lahir : Ponorogo, 04 Juli 1973
NIM : 16.1.148
Alamat : Asrama Cpm Jl.Tawang Sari No.01 RT 06
RW 08 Turirejo Lawang Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 13 Mei 2019

Yang Menyatakan



Bambang Triyanto

NIM 16.1.148

CURRICULUM VITAE

Nama : Bambang Triyanto

Tempat, Tanggal Lahir : Ponorogo, 04 Juli 1973

Alamat Rumah : Asrama Cpm Jl.Tawang Sari No.01 RT 06
RW 08 Turirejo Lawang Malang

Nama Orang Tua :

Ayah : Pirnadi (Alm)

Ibu : Titik Sumarti

Riwayat Pendidikan :

TK : TK Coper Jetis Ponorogo

SD : SDN 01 Coper Jetis Ponorogo

SMP : SMPN 1 Sambit Ponorogo

SMA : SPP/SPMA PEMDA Ponorogo

LEMBAR PERSEMBAHAN



Yang Utama dari segalanya... Sujud syukur kepada Allah SWT, berkat rahmad dan ridho-Mu telah memberiku kekuatan dan kemudahan sehingga Karya Tulis Ilmiah yang sederhana ini dapat terselesaikan dengan baik.

Shalawat serta salam selalu terlimpahkan kehadiran Rasulullah Muhammad SAW...

Kupersembahkan karya ini kepada orang-orang yang sangat aku sayangi dan cintai:

- ◆ Ibunda dan ayahanda tercinta, terima kasih telah selalu mendoakan dan memberi dukungan,
- ◆ Istri (Dwi Restini U, Amd. Keb) dan Anakku tercinta (Galih. Y. H dan Nagla. S. R) yang selalu mendoakan, memotivasi, memberi dukungan dan semangat,
- ◆ Dosen-dosen pengajar atas bimbingan dan pengalaman yang sangat berarti yang telah diberikan,
- ◆ Saudara-saudara dan teman-teman yang telah memberikan dukungan,

Terima kasih semuanya, berkat dukungan dan motivasi yang diberikan sehingga Karya Tulis ini dapat terselesaikan dengan baik.

**“Hidup adalah Suatu Pilihan
Tidak ada Kata Terlambat Buat Belajar dan Berlatih”**

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan Di Depan Tim Penguji

Tanggal Persetujuan : 30 Januari 2019

Oleh:

Pembimbing I,

Ns.Amin Zakaria, M.Kes

Pembimbing II,

Ns.Mokhtar Jamil, M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Keperawatan Politeknik Kesenatan RS.dr.Soepraoen Malang

Tanggal, 13 Mei 2019

Nama

Tanda Tangan

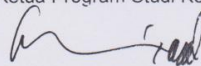
Ketua : Hanim Mufharokah, M.Kep

Anggota : 1. Tien Aminah, M.Kep

2. Ns.Mokhtar Jamil, M.Kep



Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan



Kumoro Asto Lenggono, S. Kep, Ners, M. Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Tentang Cedera *Ankle* Pada Pemain Sepak Bola di Satuan Denpom Divif 2 Kostrad ” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letnan Kolonel Ckm Arif Efendi, S.MPh, SH, S.Kep, Ners, MM, selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Letnan Kolonel Cpm Muhamad Choirun, SE, M.Hum selaku Komandan Satuan Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang yang telah memberikan izin dan membantu penelitian.
3. Bapak Kumoro Asto Lenggono, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
4. Bapak Ns.Amin Zakaria, M.Kes selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Bapak Ns.Mokhtar Jamil, M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
6. Para pemain sepak bola satuan Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang selaku responden yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa Prodi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, 13 Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Cover Dalam.....	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curriculum Vitae.....	iv
Lembar Persembahan.....	v
Lembar Persetujuan	vi
Lembar Pengesahan.....	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Gambar	xiii
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Singkatan	xv
Daftar Lampiran	xvi
ABSTRAK.....	xvii

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengetahuan.....	6
2.1.1 Pengertian	6
2.1.2 Tahapan Pengetahuan.....	6

2.1.3. Tingkat pengetahuan.....	7
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	9
2.1.5 Cara Mengukur.....	10
2.2 Pengertian Cedera.....	11
2.2.1 Penyebab Cedera.....	11
2.3 Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola	13
2.3.1 Pengertian Cedera <i>Ankle</i>	13
2.3.2 Penyebab Cedera <i>Ankle</i>	16
2.3.3 Pencegahan Cedera <i>Ankle</i> Pada Pemain Sepak Bola	16
2.3.4 Pengobatan Cedera Ankle.....	20
2.4 Kerangka Konsep	23
2.4.1 Deskripsi Kerangka Konsep	24

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	25
3.2 Kerangka Kerja	26
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	27
3.3.1 Populasi.....	27
3.3.2 Sampel	27
3.3.3 Teknik Sampling	27
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	27
3.4.1 Identifikasi Variabel	27
3.4.2 Definisi Operasional	29
3.5 Pengumpulan Data dan Analisis Data	30
3.5.1 Pengumpulan Data.....	30
3.5.2 Analisis Data.....	31
3.6 Etika Penelitian	33

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	36
4.1.1 Diskripsi Tempat dan Waktu Penelitian	36

4.1.2 Diskripsi Karakteristik Subjek Penelitian.....	37
4.2 Pembahasan.....	39
4.2.1 Pembahasan Cedera <i>Ankle</i> Pada Pemain Sepak Bola	39

BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran-saran	45

DAFTAR PUSTAKA.....	47
----------------------------	-----------

LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	49
-------------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Cedera <i>Ankle</i>	14
Gambar 2.2. Cedera <i>Ankle</i> Tingkat Satu	15
Gambar 2.3. Cedera <i>Ankle</i> Tingkat Dua	15
Gambar 2.4. Cedera <i>Ankle</i> Tingkat Tiga.....	16
Gambar 2.5. Peregangan (<i>stretching</i>).....	18
Gambar 2.6. Pemanasan (<i>warming up</i>).....	19
Gambar 2.7. Pengobatan Cedera <i>Ankle</i> dengan I (Ice).....	21
Gambar 2.8. Pengobatan Cedera <i>Ankle</i> dengan memakai Pembalut Tensocrepe	22
Gambar 2.9. Kerangka Konsep Pengetahuan Tentang Cedera <i>Ankle</i> Pada Pemain Sepak Bola Satuan Denpom Divif 2 Kostrad	23
Gambar 3.1. Kerangka Kerja Gambaran Pengetahuan Tentang Cedera <i>Ankle</i> Pada Pemain Sepak Bola Satuan Denpom Divif 2 Kostrad.....	26

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.2. Definisi Operasional Gambaran Pengetahuan Tentang Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Satuan Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang29
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Pemain Sepak Bola Satuan Denpom Divif 2 Kostrad37
Tabel 4.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pengalaman Bertanding pada Pemain Sepak Bola Satuan Denpom Divif 2 Kostrad.....	.38
Tabel 4.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Pada Cedera <i>Ankle</i> Pemain Sepak Bola Satuan Denpom Divif 2 Kostrad.....	.39

DAFTAR SINGKATAN

DENPOM	: Detasemen Polisi Militer
DIVIF	: Divisi Infanteri
KOSTRAD	: Komando Strategis Angkatan Darat
KOPDA	: Kopral Dua
KOPTU	: Kopral Satu
KOPKA	: Kopral Kepala
LETDA	: Letnan Dua
LETTU	: Letnan Satu
LETKOL	: Letnan Kolonel
PELDA	: Pembantu Letnan Dua
PELTU	: Pembantu Letnan Satu
PS	Persatuan Sepak Bola
PSSI	: Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia
PRADA	: Prajurit Dua
PRATU	: Prajurit Satu
PRAKA	: Prajurit Kepala
RICE	: <i>Rest, Ice, Compression, Elevation</i>
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SPP	: Sekolah Pertanian Pembangunan
SSB	: Sekolah Sepak Bola
SERDA	: Sersan Dua
SERTU	: Sersan Satu
SERKA	: Sersan Kepala
SERMA	: Sersan Mayor
WHO:	: World Health Organization

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Penelitian	49
Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	50
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	51
Lampiran 4. Kisi-kisi Kuesioner Penelitian	52
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian Gambaran Pengetahuan tentang Cedera <i>Ankle</i> Pada Pemain Sepak Bola	53
Lampiran 6. Lembar Konsultasi Pembimbing I	58
Lampiran 7. Lembar Konsultasi Pembimbing II	59
Lampiran 8. Bukti Revisi Ujian KTI	60
Lampiran 9. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	61
Lampiran 10. Surat Keterangan Penelitian.....	62
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian	63
Lampiran 11. Master Sheet Data Hasil Pengisian Kuesioner	65

ABSTRACT

Triyanto, Bambang 2019. **Description of Knowledge About Injuries in Soccer Players in Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang unit.** Scientific Paper. Nursing Study Program Poltekkes RS. Dr.Soepraoen Malang. Supervisor (I) Ns.Amin Zakaria,M Kes and Supervisor (II) Ns.Mokhtar Jamil,M.Kep

Soccer is one of the sports that benefits very well for body health, including making strong muscles and bones, also beneficial for the heart organs, avoiding plaques in the arteries, reducing blood pressure and burning calosries As for the risks often experienced by soccer players is the occurrence of injury,especially in the ankle joint.

The research designused in this study is descriptive, which aims to determine the extent of knowledge owned about ankle injuries in soccer players. That method used is a survey with data collection techniques using questionnaire. Sampling technique using total sampling. Population used in this study were soccer players. Gajah Mada FC Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang unit, respondent consist of 30 people,research conducted on the 11th and 13th of December 2018. The purpose of this study is knowing description of knowledge about injury in soccer player.

Firom the results of researches obtained by regarding the knowledge of ankle in soccer playiers, most of the amount players are 14 people (46.70%) with sufficient knoledge and 13 people (43.30%) with good knoledge and a small number of 3 people (10%) with less knoledge

It is expected that by knowing the level of knowledge about ankle injuries in soccer players, it will be very useful especially for each individual player to minimize the occurrence of injuries especially in the ankle joint both during training and competition

Keywords: Knowledge, Ankle Injury, Soccer

ABSTRAK

Triyanto, Bambang 2019. **Gambaran Pengetahuan Tentang Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola di Satuan Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang.** Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS. dr. Soepraoen Malang. Pembimbing (I) Ns.Amin Zakaria,M.Kes dan Pembimbing (II) Ns.Mokhtar Jamil, M.Kep

Sepak bola adalah salah satu cabang olah raga yang manfaatnya sangat baik untuk kesehatan badan, diantaranya adalah menjadikan organ otot dan tulang kuat juga bermanfaat untuk organ jantung, menghindari plak yang ada di arteri, mengurangi tekanan darah dan membakar kalori. Adapun resiko yang sering dialami oleh para pemain sepak bola adalah terjadinya cedera khususnya pada sendi *ankle*.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan yang dimiliki tentang cedera *ankle* pada pemain sepak bola. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengambilan sampel dilakukan secara *total sampling*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemain sepak bola PS.Gajah Mada satuan Denpom Divif 2 Kostrad Lawang Malang yang berjumlah 30 orang pada tanggal 11 dan 13 Desember 2018 yang menitikberatkan pada penelitian ini adalah sejauh mana tingkat pengetahuan para pemain mengenai cedera *ankle*. Analisis data menggunakan teknis analisis data deskriptif kuantitatif.

Dari hasil penelitian yang didapat oleh peneliti perihal pengetahuan cedera *ankle* pada pemain sepak bola adalah sebagian besar dari jumlah pemain yaitu 14 orang (46,70%) dengan katagori cukup dan 13 orang (43,30%) dengan katagori baik serta sebagian kecil yaitu 3 orang (10%) dengan katagori kurang.

Diharapkan dengan diketahuinya tingkat pengetahuan tentang cedera *ankle* pada pemain sepak bola, maka akan bermanfaat sekali khususnya pada setiap individu pemain guna meminimalisasi terjadinya cedera khususnya pada sendi *ankle* baik disaat latihan maupun pertandingan.

Kata kunci: Pengetahuan ,Cedera *Ankle*, Sepak Bola.