

Survei Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola bagi Klub-Klub ASKOT PSSI Semarang

Aris Sugiyarto¹, Khoiril Anam²

Email. arissugiyarto@students.unnes.ac.id¹, khoiril.ikor@mail.unnes.ac.id²
Universitas Negeri Semarang^{1,2}

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola bagi klub-klub ASKOT PSSI Kota Semarang. Metode penelitian yang digunakan deskriptif kuantitatif. Untuk pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan 30 butir pertanyaan online tertutup dan menggunakan skala likert. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola bagi klub-klub ASKOT PSSI Kota Semarang sebagai berikut: Diperoleh 61 responden dengan kategori baik sekali, 28 responden dengan kategori baik, 10 responden dengan kategori cukup dan 1 responden dengan kategori kurang. Kemudian nilai rata-rata sebesar 81,61333, nilai standar deviasi 14,0637, nilai minimum memperoleh 40, nilai maksimum 100 dan jumlah skor keseluruhan 8161,333. Pengetahuan responden tentang pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola adalah dominan baik dan bila dilihat dari rata-rata dengan nilai 81,61333 maka nilai tersebut masuk dalam kategori baik sekali.

Kata kunci: Survei Tingkat Pemahaman, Sepak Bola, Cedera Olahraga

ABSTRACT

This research is a study conducted to determine and describe the level of understanding of handling sports injuries in soccer for ASKOT PSSI clubs in Semarang City. The research method used was descriptive quantitative. Data collection was done by distributing 30 items of closed online questions and using a Likert scale. The results showed the level of understanding of handling sports injuries in soccer for ASKOT PSSI clubs in Semarang City as follows: 61 respondents with excellent category, 28 respondents with good category, 10 respondents with sufficient category and 1 respondent with poor category. Then the average value is 81.61333, the standard deviation value is 14.0637, the minimum value is 40, the maximum value is 100 and the total score is 8161.333. Respondents' knowledge about understanding the handling of sports injuries in football is predominantly good and when viewed from the average with a value of 81.61333, the value is in the excellent category.

Keywords: Survey of Understanding level, Football, Sports Injuries

Copyright © 2025 Aris Sugiyarto¹, Khoiril Anam²

Corresponding Author : Universitas Negeri Semarang^{1,2}

Email : arissugiyarto@students.unnes.ac.id¹, khoiril.ikor@mail.unnes.ac.id²

PENDAHULUAN

Sepak bola ialah bagian dari cabang olahraga yang memakai bola dengan cara ditendang yang tujuannya guna mencetak gol ke dalam gawang lawan dimana dimainkan dengan dua tim yang bertanding dengan satu tim yang anggotanya sebelas pemain utama ditambah sejumlah pemain cadangan. Adapun tujuannya ialah mencetak gol ke gawang lawan dengan sebanyak mungkin dan melakukan penjagaan supaya lawannya tidak bisa mencetak gol ke gawang kita. Pada permainan ini, sebagian besar teknik yang dipergunakan mengandalkan keterampilan kaki, dikecualikan bagi penjaga gawang yang diperbolehkan mempergunakan area tubuh lainnya. Permainan ini dikerjakan dalam lapangan terbuka yang bentuknya persegi panjang diketahui ukuran panjangnya 90-120 meter dan lebarnya 45-90 meter di atas rumput. Kemudian dimainkan dengan waktu 45 menit x 2 ataupun 90 menit dan istirahat dari babak pertama ke babak kedua yaitu 10 – 15 menit (Suhdy, 2021).

Dalam sepak bola, gerakan-gerakan yang dikerjakan akan mengikutsertakan berbagai area tubuh kita, misal sendi, otot, pembuluh darah, saraf dan tulang. Dalam aktifitas sepak bola berbagai cara dikerjakan untuk menghindari cedera mulai dari pemanasan sebelum bermain dan melakukan pendinginan setelah bermain. Banyak faktor yang memungkinkan terjadinya cedera dalam bermain sepak bola pada bagian bahkan beberapa bagian dari anggota tubuh kita. Cedera pada saat bermain sepak bola biasanya disebabkan ketika pemain bertabrakan dengan lawan maupun kawan di dalam lapangan dalam berduel merebutkan, mengusai dan mempertahankan bola. Kondisi lapangan yang kurang baik dan kurangnya kondisi fisik seperti pemanasan maupun pendinginan yang kurang memadai (Widhiyanti, 2018). Cedera olahraga biasanya memicu reaksi radang pada tubuh, yang ditandai dengan kemerahan, pembengkakan, rasa panas, nyeri, dan penurunan fungsi. Penanganan pertama sangat krusial, namun jika dikerjakan dengan cara yang salah, justru bisa memperburuk kondisinya. Misalnya, pada kasus peradangan, memakai bahan yang menimbulkan rasa panas seperti balsam atau koyo justru bisa memperburuk keadaan. Hal ini bisa menyebabkan robeknya pembuluh darah dan memperluas area peradangan. Selain itu, dislokasi dan cedera otot seperti kram seringkali membutuhkan istirahat, namun jika pemain dipaksa untuk terus bermain, kondisi tersebut bisa semakin parah (Widhiyanti, 2018).

ASKOT PSSI Semarang merupakan Asosiasi kota persatuan sepak bola Indonesia yang berada di kota Semarang. Dimana ASKOT PSSI ini menggelar kompetisi sepak bola antar klub-klub di kota Semarang. Kompetisi tersebut memakai sistem liga 1 dan liga 2 dimana klub-klub yang mengikuti kompetisi ASKOT terdiri dari 24 tim sepak bola yang berjumlah 11 tim liga 1 dan 13 di liga 2. Berdasar pada observasi penulis di salah satu klub ASKOT, yaitu klub PS POP banyak pemain yang aktif berlatih dan bertanding, namun pelayanannya terhadap pemain yang mengalami cedera masih kurang optimal. Fasilitas medis yang tersedia terbatas, tidak ada peralatan P3K atau es untuk penanganan cedera segera. Selain itu, tidak ada terapis yang hadir saat latihan atau pertandingan, ketika pemain cedera, penanganannya biasanya

dikerjakan oleh pelatih dan peralatan medis baru dicari setelahnya. Masalah lain yang ditemukan adalah kurangnya pemahaman pemain tentang cara menangani cedera, baik pada diri sendiri maupun pada rekan setim. Kurangnya pengetahuan mengenai tingkat keparahan cedera yang dialami bisa berisiko memperburuk kondisi jika penanganannya salah. Berdasar pada observasi ini, peneliti berencana untuk melakukan studi lebih lanjut dengan judul “Survei Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Klub-Klub Askot PSSI Semarang”.

METODE PENELITIAN

Penelitiannya ini memakai pendekatan deskriptif kuantitatif, dimana tujuannya guna mengolektifkan informasi terkait status suatu fenomena berdasarkan kondisi yang ada saat penelitian dikerjakan. Untuk mengumpulkan datanya, penelitiannya ini memakai metode survei. Adapun teknik pengumpulan datanya yang dipergunakan adalah kuesioner atau angket tipe pilihan, sebagaimana dijelaskan oleh Syahrums (2012).

PEMBAHASAN

Hasil penelitiannya mengenai “tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga dalam sepak bola pada klub-klub ASKOT PSSI Semarang” diperlihatkan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Data Hasil Perhitungan Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Bagi Klub-Klub ASKOT PSSI Semarang.

No	Hasil Data	Nilai
1	Rata-rata	81,61333
2	Standar Deviasi	14,06372
3	Minimum	40
4	Maksimum	100
5	Jumlah Skor	8161,333

Sumber: Data Primer (2024)

Tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga dalam sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang menunjukkan bahwasanya masing-masing mendapat nilai rata-ratanya senilai 81,61333, dengan standar deviasinya sebesar 14,0637. Nilai minimum yang diperolehnya adalah 40, nilai maksimum mencapai 100, dan total skor keseluruhan mencapai 8161,333.

Data yang didapat dalam penelitiannya berupa skor yang didapat dari angket mengenai pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang. Setelah data pemahaman penanganan cedera terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengonversinya ke dalam lima

kategori. Berikut adalah tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga dalam sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang:

Tabel 4.2 Data Kategori Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Bagi Klub-Klub ASKOT PSSI Semarang.

Kategori	Interval	Frekuensi
Baik sekali	81-100	61
Baik	61-80	28
Cukup	41-60	10
Kurang	21-40	1
Kurang sekali	0-20	0
Jumlah		100

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang, diperoleh hasil sebagai berikut: 61 responden masuk pada kategori “baik sekali”, 28 responden pada kategori “baik”, 10 responden pada kategori “cukup”, dan 1 responden pada kategori “kurang”. Secara menyeluruh, pengetahuan responden tentang pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola cenderung dominan baik. Melihat dari nilai rata-ratanya senilai 81,61333, nilai itu masuk pada kategori “baik”.

Tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola bagi klub-klub ASKOT PSSI Semarang terbagi menjadi empat yaitu pemahaman RICE, pemahaman terapi panas, pemahaman terapi massage dan terapi latihan. Berkaitan dengan empat bagian tersebut, hasil penelitiannya mengenai tingkat pemahaman pada masing-masing bagian dipaparkan sebagai berikut::

4.1.1 Pemahaman RICE

Hasil penelitiannya mengenai “tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga”, khususnya pemahaman tentang metode RICE, diperlihatkan sebagai berikut:

Tabel 4.3 Data Hasil Perhitungan Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Khususnya RICE.

No	Hasil Data	Nilai
1	Rata-rata	85,81538
2	Standar Deviasi	16,02008

3	Minimum	33,84615
4	Maksimum	100
5	Jumlah Skor	8581,538

Sumber:Data Primer (2024)

Tingkat pemahaman mengenai penanganan cedera olahraga dalam sepak bola pada klub-klub ASKOT PSSI Semarang, khususnya terkait dengan pengetahuan tentang RICE, menunjukkan bahwa rata-rata skor yang didaptkannya ialah 85,81538 dimana standar deviasinya sebesar 16,02008. Skor terendah yang tercatat adalah 33,85, sedangkan skor tertinggi mencapai 100, dengan total skor keseluruhan mencapai 8581,538.

Data yang didapatkan dalam penelitiannya berupa skor yang dihasilkan dari angket mengenai pemahaman tentang penanganan cedera olahraga pada sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang. Setelah data tentang pemahaman penanganan cedera, khususnya yang berkaitan dengan pengetahuan RICE diperoleh, langkah selanjutnya mengonversinya ke dalam lima kategori. Berikut adalah tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola klub-klub ASKOT PSSI Semarang, khususnya pemahaman mengenai RICE:

Tabel 4.4 Data Kategori Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Khususnya RICE.

Kategori	Interval	Frekuensi
Baik Sekali	81-100	73
Baik	61-80	17
Cukup	41-60	9
Kurang	21-40	1
Kurang Sekali	0-20	0
Jumlah		100

Sumber:Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pengetahuan tentang RICE diatas diperoleh 73 responden yang tergolong pada kategori “baik sekali”, 17 responden pada kategori “baik”, 9 responden pada kategori “cukup”, dan 1 responden pada kategori “kurang”. Pengetahuan responden mengenai pemahaman penanganan cedera olahraga dalam sepak bola, khususnya terkait dengan RICE, menunjukkan dominasi kategori “baik sekali”. Berdasarkan rata-rata skor yang tercatat, yaitu 85,81538, dengan begitu nilai itu masuk pada kategori “baik sekali”.

4.1.2 Pemahaman Terapi Panas

Hasil penelitiannya mengenai “tingkat pemahaman tentang penanganan cedera olahraga”, khususnya terkait dengan terapi panas, diperlihatkan sebagai berikut:

Tabel 4.5 Data Hasil Perhitungan Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Khususnya Terapi Panas.

No	Hasil Data	Nilai
1	Rata-rata	82,96
2	Standar Deviasi	17,05164
3	Minimum	40
4	Maksimum	100
5	Jumlah Skor	8296

Sumber:Data Primer (2024)

Tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pemahaman terapi panas bahwasanya masing-masing secara berurutan mendapatkan nilai rata-ratanya senilai 82,96, dimana standar deviasinya 17,05164, nilai minimum memperoleh 40, nilai maksimumnya 100 dan jumlah skor keseluruhannya 8296.

Adapun data yang didapatkandalam penelitian ini berupa skor yang dihasilkan dari angket mengenai pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang. Setelah data terkait pemahaman penanganan cedera, khususnya mengenai terapi panas, terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengonversinya ke dalam lima kategori. Berikut ini adalah tabel pengkategorian pemahaman mengenai penanganan cedera olahraga pada sepak bola, khususnya terkait terapi panas, di klub-klub ASKOT PSSI Semarang:

Tabel 4.6 Data Kategori Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Khususnya Terapi Panas

Kategori	Interval	Frekuensi
Baik Sekali	81-100	66
Baik	61-80	15
Cukup	41-60	18
Kurang	21-40	1
Kurang Sekali	0-20	0
Jumlah		100

Sumber:Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pemahaman tentang terapi panas diatas diperoleh 66 responden dengan kategori “baik sekali”, 15 responden dengan kategori “baik”, 18 responden dengan kategori “cukup” dan 1 responden dengan kategori “kurang”. Pengetahuan responden tentang pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola khususnya terapi panas ialah mendominasi baik dan bila diliat dari rata-rata dengan nilainya 82,96 dengan begitu nilai itu masuk pada kategori “baik sekali”.

4.1.3 Pemahaman Terapi Massage

Hasil penelitiannya mengenai tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga, khususnya pemahaman tentang terapi massage, diperlihatkan sebagai berikut:

Tabel 4.7 Data Hasil Perhitungan Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Khususnya Terapi Massage.

No	Hasil Data	Nilai
1	Rata-rata	74,96
2	Standar Deviasi	14,75799
3	Minimum	44
4	Maksimum	100
5	Jumlah Skor	7496

Sumber:Data Primer (2024)

Tingkat pemahaman penangan cedera olahraga pada sepak bola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pemahaman terapi massage bahwasanya masing-masing secara berurutan mendapatkan nilai rata-rata senilai 74,96, nilai standar deviasinya 14,75799, nilai minimum memperoleh 44, nilai maksimumnya 100 dan jumlah skor keseluruhannya 7496.

Adapun data yang didapatkan dalam penelitiannya berupa skor yang didapatkan dari angket mengenai pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang. Setelah data terkait pemahaman penanganan cedera, khususnya mengenai terapi massage, terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengonversinya ke dalam lima kategori. Berikut ini adalah tabel pengkategorian pemahaman mengenai penanganan cedera olahraga pada sepak bola, khususnya terkait pemahaman terapi massage, di klub-klub ASKOT PSSI Semarang:

Tabel 4.8 Data Kategori Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Khususnya Terapi Massage.

Kategori	Interval	Frekuensi
Baik Sekali	81-100	35
Baik	61-80	42
Cukup	41-60	23
Kurang	21-40	0
Kurang Sekali	0-20	0
Jumlah		100

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pemahaman tentang terapi massage diatas diperoleh 35 responden dengan kategori “baik sekali”, 42 responden dengan kategori “baik”, 23 responden dengan kategori “cukup” dan 0 responden dengan kategori “kurang”. Pengetahuan responden tentang pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola khususnya terapi massage ialah mendominasi baik dan bila diliat dari rata-rata dengan nilainya 74,96 dengan begitu nilai itu masuk pada kategori “baik”.

4.1.4 Pemahaman Terapi Latihan

Hasil penelitiannya mengenai tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga, khususnya pemahaman tentang terapi latihan, diperlihatkan sebagai berikut:

Tabel 4.9 Data Hasil Perhitungan Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Khususnya Terapi Latihan.

No	Hasil Data	Nilai
1	Rata-rata	77,6
2	Standar Deviasi	16,58482
3	Minimum	42,85714
4	Maksimum	100
5	Jumlah Skor	7760

Sumber: Data Primer (2024)

Tingkat pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pemahaman terapi latihan bahwasanya masing-masing secara berurutan mendapatkan nilai rata-rata sebesar 77,6, nilai standar deviasinya 16,58482, nilai minimum memperoleh 42,85714, nilai maksimumnya 100 dan jumlah skor keseluruhannya 7760.

Adapun data yang didapatkan dalam penelitian ini berupa skor yang didapatkan dari angket mengenai pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepak bola di klub-klub ASKOT PSSI Semarang. Setelah

data terkait pemahaman penanganan cedera, khususnya mengenai terapi latihan, terkumpul, langkah selanjutnya adalah mengonversinya ke dalam lima kategori. Berikut ini adalah tabel pengkategorian pemahaman mengenai penanganan cedera olahraga pada sepak bola, khususnya terkait pemahaman terapi latihan, di klub-klub ASKOT PSSI Semarang:

Tabel 4.10 Data Kategori Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Khususnya Terapi Latihan.

Kategori	Interval	Frekuensi
Baik Sekali	81-100	36
Baik	61-80	44
Cukup	41-60	20
Kurang	21-40	0
Kurang Sekali	0-20	0
Jumlah		100

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel pengkategorian pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola klub-klub ASKOT PSSI Semarang khususnya pemahaman tentang terapi panas diatas diperoleh 36 responden dengan kategori “baik sekali”, 44 responden dengan kategori “baik”, 20 responden dengan kategori “cukup” dan 0 responden dengan kategori “kurang”. Pengetahuan responde tentang pemahaman penanganan cedera olahraga pada sepakbola khususnya terapi latihan ialah mendominasi baik dan bila diliat dari rata-rata dengan nilainya 77,6 dengan begitu nilai itu masuk pada kategori baik.

KESIMPULAN

Berdasar pada hasil penelitiannya, bisa diambil simpulan bahwasanya “Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Olahraga Pada Sepak Bola Klub-Klub ASKOT PSSI Semarang” masuk pada kategori “baik sekali”. Dari hasil penelitiannya dan pembahasannya, terlihat bahwasanya mayoritas atlet memiliki pengetahuan yang baik mengenai penanganan cedera olahraga pada sepak bola. Namun, meskipun pemahaman dan pengetahuan atlet cukup baik, penerapan dan aplikasi metode penanganan cedera di lapangan masih dirasa kurang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Fauzi, Balatun Nisa & Darmawan Napitupulu. (2022). Metodologi Penelitian. Kab.Banyumas. CV Pena Persada.

- Ali Anwar. (2009). *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan Dan Aplikasinya Dengan Spss Dan Excel*. Kediri. IAIT Press
- Amirudin, Roni Priyanda & Nyoman Sri Ariantini. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Sukoharjo. Pradina Pustaka
- Arif Setiawan. (2015). *Sport Massage*.
- Arovah, N. I. (2009). *Diagnosis dan manajemen cedera olahraga*. FIK UNY.
- Arovah, N. I. (2010). *Dasar dasar fisioterapi*.
- Asep Wicaksono. (2013). Persepsi Guru Penjas Sekolah Negeri se-Kecamatan Sewon dalam Penanganan Dini Cedera Olahraga dengan RICE (Rest, Ice, Compress, Elevation). Skripsi. FIK.UNY: Yogyakarta.
- Atiq, A., & Budiyanto, K. S. (2020). Analisis latihan keterampilan teknik dasar sepak bola untuk atlet pemula. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*.
- Bennett, K. J., & Fransen, J. (2024). Distinguishing skill from technique in football. *Science and Medicine in Football*.
- Darni, D., & Welis, W. (2018). Peningkatan Keterampilan Masase Cedera Olahraga Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Padang Utara. *STAMINA*
- Dodiet Aditya Setiyawan. (2014). *Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian*. Surakarta. POLTEKES KEMENKES.
- Dyah Budiastuti & Agustinus Bandur. (2018). *Validitas Dan Reliabilitas Penelitian*. Jakarta. Mitra Wacana Media.
- Faude, O., Rommers, N., & Rössler, R. (2018). Exercise-based injury prevention in football. *German Journal of Exercise and Sport Research*.
- Kartono Mohammad. (2001). *Pertolongan Pertama*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Lucky Anggiat, & Beriman Rahmansyah. (2021). *Ilmu Dasar Traumatologi dan Olahraga*. Jakarta. Universitas Kristen Indonesia.
- Ma aruf Abdullah. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sleman Yogyakarta. Aswaja Pressindo
- M Ikhwan Zein. (2016). *Pencegahan dan Perawatan Cedera*. Yogyakarta. FIK UNY
- Nurcahyo, F., Jurusan, D., & Olahraga, P. (2017). *tingkat pengetahuan peman futsal*. 1, 65–76.
- Nurhayati Simatupang (2019) *Survey Cedera Olahraga Pada Atlet Sepak Bola Pplp Sumatera Utara*. Medan. FIK-UNIMED
- Hardianto Wibowo. 1995. *Pencegahan dan Petatalaksanaan Cedera Olahraga*. Cetakan 1. Jakarta: EGC
- H Miftakhul Ulum. (2016). *Uji Validitas dan Uji Reliabilitas*. Malang. Stikeswch
- I'anatut Thoifah. (2015). *Statistika Pendidikan dan Metode Penelitian Kuantitatif*. Malang: Madani.

- Ibnu Purwanto. (2017). Tingkat Pengetahuan Pemain di UKM Futsal UNY tentang Penanganan Dini Cedera dengan Metode RICE. Skripsi. FIK.UNY: Yogyakarta.
- Junaidi (2013). *Cedera Olahraga Pada Atlet Provinsi Dki Jakarta (Pengaruh Pemahaman Pelatih, Sarana – Prasarana Olahraga Dan Metode Latihan Terhadap Terjadinya Cedera Olahraga)*. Jakarta. Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan
- Purwanto. (2018). Teknik Penyusunan Instrumen Uji Validitas dan Realibilitas Penelitian Ekonomi Syariah. Magelang. Staia Press.
- Rahmat Sanusi, Fadli Surahman & Hilda Oktri Yeni. (2020). Pengembangan Buku Ajar Penanganan Dan Terapi Cedera Olahraga. Universitas Karimun.
- Rama Adi Wijaya (2021) Identifikasi Cedera pada Siswa Sekolah Sepak Bola Indonesia Muda di Kabupaten Purworejo Tahun 2021. Semarang.Inapes.
- Rusli Lutan. (2001). Penanggulangan Cedera Olahraga pada Anak Sekolah Dasar. Jakarta: Depdiknas.
- Sahbana Ridha. (2023). Survei Lokasi Dan Penyebab Cedera Olahraga Pada Atlet Cabang Olahraga Permainan .Lampung. Jambura Sports Coaching Academic Journal
- Setiawan, A. (2011). Faktor timbulnya cedera olahraga. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1).
- Sidik Priadana & Denok Sunarsi. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. Tangerang. Pascal Books
- Siregar, F. S., & Nugroho, A. (2022). Pengetahuan atlet terhadap resiko, pencegahan, dan penanganan pertama cedera olahraga bola voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*
- Slaidiņš, K., & Fernāte, A. (2021, May). Analysis on classification of football technique. In *society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*.
- Sugiyono. (2006). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono.(2011) Variabel Bebas.*Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, Dan R & D*.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi dan R&D.
- Suhasimi Arikunto. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Bima Aksara.
- Suhdy, M. dan M. S. (2021). *Kajian Sepak Bola - Google Books*. Global Aksara Pers.
https://www.google.co.id/books/edition/Kajian_Sepak_Bola/2DBqEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=pengertian+sepak+bola&pg=PA5&printsec=frontcover
- Syahrum, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif.pdf*.
- Tsaqif, M., & Kurniawan, A. (2021). *Pijat Kebugaran Olahraga*.
- Utomo, N. P., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*

Wahyu Irsyad Kamal Faozan (2014) Identifikasi Cedera Sepakbola Usia 12 Tahun Dalam Pengaruh Permainan Dilihat Dari Body Contact Dan Non Body Contact, Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta

Widhiyanti, K. A. T. (2018). *Pencegahan dan perawatan cedera olahraga*. Pustaka Panasea.