

**TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK TERHADAP PENCEGAHAN
DAN PERAWATAN CEDERA DI SD NEGERI SE-KECAMATAN
BETUNG KABUPATEN BANYUASIN SUMATERA SELATAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Oleh:
Annisa
NIM 19604221010

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2023

HALAMAN JUDUL

**TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK TERHADAP PENCEGAHAN
DAN PERAWATAN CEDERA DI SD NEGERI SE-KECAMATAN
BETUNG KABUPATEN BANYUASIN SUMATERA SELATAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Oleh:
Annisa
NIM 19604221010

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK TERHADAP PENCEGAHAN
DAN PERAWATAN CEDERA DI SD NEGERI SE-KECAMATAN
BETUNG KABUPATEN BANYUASIN SUMATERA SELATAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

ANNISA

NIM. 19604221010

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal 10 Juli 2023



Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing

Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes.
NIP. 196707011994121001

Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP. 197702182008011002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Program studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Ilmu keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Guru Pjok Terhadap Pencegahan Dan
Perawatan Cedera Di Sd Negeri Se-Kecamatan Betung
Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat-pendapat orang yang ditulis atau diterbitkan orang-orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta,

Yang menyatakan,



ANNISA

NIM. 19604221010

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK TERHADAP PENCEGAHAN
DAN PERAWATAN CEDERA DI SD NEGERI SE-KECAMATAN
BETUNG KABUPATEN BANYUASIN SUMATERA SELATAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

ANNISA
NIM. 19604221010

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 25 Juli 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		9/8-2023
Riky Dwihandaka, S.Pd Kor., M.Or. Sekretaris Penguji		3-8-2023
Dr. Hari Yulianto, M.Kes Penguji Utama		3-8-2023

Yogyakarta, Agustus 2023
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 0014

MOTO

“Bukan apa yang terjadi padamu, tapi bagaimana reaksimu terhadap apa yang terjadi padamu, itulah yang utama.”

(Instagram: @digitalnusantaramendunia)

Cukup lima huruf “SABAR”

(Ida Royani)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya dedikasikan kepada orang-orang yang senantiasa memberikan do'a serata dukungan kepada saya demi kelancaran penulisan Tugas Akhir Skripsi saya:

1. Teruntuk kedua orangtua saya Ibu Ida Royani dan Bapak Amin Goni yang tak henti-hentinya memberikan do'a dan dukungan untuk kesuksesan saya. Semoga karya sederhana ini bisa menyampaikan bukti dan cintaku untuk kalian.
2. Teruntuk kakak saya Rena Ardilla dan keluarga yang jauh di pulau Kalimantan yang senantiasa mendoakan saya dan memberikan dukungan agar dapat segera menyelesaikan tugas akhir.
3. Teruntuk teman satu kelas prodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Angkatan 2019 dan saudara/saudari warga Madawirna yang memberikan dukungan dan do'a dalam proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera di SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelarsarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan seala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahraagaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes. selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or, dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Kepala sekolah SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan, yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.

5. Seluruh Guru PJOK Se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan, yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian.
6. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT, Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta,
Penulis,



Annisa
NIM. 19604221010

**TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK TERHADAP PENCEGAHAN
DAN PERAWATAN CEDERA DI SD NEGERI SE-KECAMATAN
BETUNG
KABUPATEN BANYUASIN SUMATERA SELATAN**

Oleh:
ANNISA
NIM 19604221010

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Teknik pengumpulan data merupakan tes soal pilihan ganda. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan yang berjumlah 26 guru. Teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan tentang pencegahan dan perawatan cedera masuk dalam kategori sedang. Dengan hasil secara umum sebagai berikut, kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 31% (8 guru), kategori “sedang” 38% (10 Guru), Kategori “rendah” 23% (6 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru).

Kata kunci: pemahaman, pencegahan dan perawatan cedera

**LEVEL OF COMPREHENSION OF THE PHYSICAL EDUCATION
TEACHERS ON THE INJURY PREVENTION AND TREATMENT IN
ELEMENTARY SCHOOLS LOCATED IN BETUNG DISTRICT,
BANYUASIN REGENCY, SOUTH SUMATERA PROVINCE**

By:
ANNISA
NIM 19604221010

ABSTRACT

This research aims to find out how good the level of comprehension of the Physical Education teachers regarding the injury prevention and treatment in the elementary schools located in Betung District, Banyuasin Regency, South Sumatra.

This research was a descriptive quantitative study. The research method was survey method. The data collection technique used multiple choice test. The research subjects were all Physical Education teachers in the elementary schools located in Betung District, Banyuasin Regency, South Sumatra, totaling 26 teachers. The data analysis technique used a percentage descriptive technique.

The results show that the comprehension of Physical Education teachers in the elementary schools located in Betung District, Banyuasin Regency, South Sumatra regarding injury prevention and treatment is in the medium level. With the general results as follows: in the "very high" level at 0% (0 teacher), in the "high" level at 31% (8 teachers), in the "medium" level at 38% (10 teachers), in the "low" level at 23% (6 Teachers), and in the "very low" level at 8% (2 teachers).

Keywords: *comprehension, injury prevention and treatment*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi masalah	6
C. Batasan masalah.....	6
D. Rumusan masalah.....	6
E. Tujuan penelitian	7
F. Manfaat penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori.....	8
1. Pemahaman.....	8
2. Faktor yang mempengaruhi pemahaman.....	10
3. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	12
4. Penanganan dan perawatan cedera olahraga.....	15
B. Hasil Penelitian yang relevan	32
C. Kerangka berpikir	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
A. Jenis Penelitian	36

B. Tempat dan waktu penelitian.....	36
C. Populasi dan sampel penelitian.....	36
D. Variabel Penelitian	37
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	37
F. Validitas dan Reliabilitas instrumen	40
G. Analisis Butir Soal.....	43
H. Teknik Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pembahasan	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan.....	59
B. Implikasi	59
C. Keterbatasan Penelitian	59
D. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	39
Tabel 2. Hasil pembuktian validitas.....	41
Tabel 3. Hasil Pembuktian Reliabilitas.....	42
Tabel 4. Kisi-kisi instrumen penelitian.....	43
Tabel 5. Kriteria Tingkat Kesukaran.....	44
Tabel 6. Hasil Analisis Tingkat Kesukaran.....	44
Tabel 7. Kriteria Tingkat Daya Pembeda Item Soal.....	45
Tabel 8. Hasil Analisis Daya Beda.....	46
Tabel 9. Hasil Analisis Efektivitas Pengecoh (Distraction).....	47
Tabel 10. Norma Pengkategorian.....	48
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera.....	50
Tabel 12. Disribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman guru PJOK SD negeri se- Kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Hakikat Cedera.....	51
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman guru PJOK SD negeri se- Kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera.....	53
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman guru PJOK SD Negeri se kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera.....	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Cedera olahraga yang sering terjadi	18
Gambar 2. Bagan Kerangka Berpikir	35
Gambar 3 Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD Negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera.....	50
Gambar 4. Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD Negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor hakikat cedera	52
Gambar 5. Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD Negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor pencegahan cedera	54
Gambar 6. Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD Negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor perawatan cedera.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu bimbingan	65
Lampiran 2. Surat izin penelitian	66
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	67
Lampiran 4. Daftar Respon Penelitian	93
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	95
Lampiran 6. Matrik Pembuktian Validitas	100
Lampiran 7. Pembuktian Reliabilitas	100
Lampiran 8. Analisis Tingkat kesukaran dan Daya Beda	101
Lampiran 9. Efektivitas Pengecoh (Distraction)	102
Lampiran 10. Hasil Perhitungan Angket	103
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian	105

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani dan merupakan bagian dari pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek psikomotorik, afektif dan kognitif. Pendidikan jasmani adalah suatu tahap pendidikan melalui kegiatan jasmani yang bentuk untuk meningkatkan kebugaran jasmani ,mengembangkan keterampilan psikomotorik, kognitif, dan sikap hidup sehat dan aktif, perilaku sportif, dan kecerdasan emosi (Taufik et al, 2020: 72).

Pendidikan jasmani bagian dari pendidikan yang sebagian besar pembelajaran yang dilakukan di luar kelas, seperti olahraga bola besar, bola kecil, senam, renang, bela diri dan lainnya. Kegiatan yang dilakukan di luar kelas bertujuan supaya siswa bisa mengeksplor dan mengaplikasikan kegiatan jasmani secara maksimal. Pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di luar kelas membutuhkan pengawasan yang lebih oleh tenaga pendidik terutama guru PJOK. Untuk mencapai tujuan dari pendidikan jasmani dalam proses aktivitas pembelajaran, pendidik mempertimbangkan dan memikirkan faktor yang dapat menghambat tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani. Mulai dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal disebabkan oleh siswa itu sendiri sedangkan faktor eksternal berasal dari guru, sarana dan prasana dan masih banyak faktor penghambat lainnya. Faktor lainnya yang memiliki resiko yang tinggi adalah cedera dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Aktivitas jasmani yang Sebagian besar pembelajaran dilakukan dengan menggerakkan tubuh secara terus-menerus dan berulang-ulang memungkinkan dapat terjadinya cedera. Seperti yang diungkapkan (Yusni, 2019: 3) bahwa cedera olahraga muncul sebagai akibat dari kegiatan olahraga yang dilakukan tanpa memperhatikan tata cara yang benar dan tingkat kemampuan fisik manusia. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya cedera dalam aktivitas pendidikan jasmani, seperti tata cara atau teknik yang dilakukan pada saat pembelajaran tidak diperhatikan, sarana dan prasarana yang di gunakan belum memadai. Selain itu tidak hanya mempertimbangkan sarana dan prasarana yang menyebabkan resiko pada saat aktivitas jasmani tetapi pada saat siswa mendapatkan informasi tentang pembelajaran dan kemudian diterapkan tidak sesuai yang disampaikan oleh guru sehingga pada saat aktivitas olahraga siswa mengalami hal-hal yang tak terduga pada saat melakukan aktivitas jasmani.

Resiko cedera merupakan resiko yang sangat dikhawatirkan pada saat aktivitas pendidikan jasmani, karena resiko tersebut dapat berdampak jangka panjang jika tidak ditangani dengan benar. keterlambatan penanganan pada cedera akan mengakibatkan sesuatu yang fatal, yaitu timbulnya perubahan kondisi penyakit dalam tubuh, kecacatan dan sampai pada kematian (Yusni, 2019: 89). Faktor-faktor yang menyebabkan cedera sangat banyak sehingga apapun yang terjadi guru PJOK harus selalu memikirkan dan mempertimbangkan hal-hal dalam aktivitas jasmani yang dapat menyebabkan cedera pada peserta didik sehingga membuat aktivitas jasmani tersebut dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Peserta didik jenjang sekolah dasar merupakan anak masa pertumbuhan dengan usia 7-12 tahun yang jika cedera itu terjadi pada anak seusia tersebut tidak ditangani dengan tepat maka akan berefek ke masa pertumbuhannya kelak. Peserta didik sekolah dasar besar kemungkinan mengalami cedera, karena pada masa- masa tersebut peserta didik tidak memikirkan resiko resiko yang terjadi pada saat melakukan aktivitas jasmani. Hal tersebut sesuai dengan pendapat (Yusni, 2019: 52-53) bahwa risiko terjadi cedera olahraga pada anak lebih tinggi dibanding dengan usia dewasa. Cabang olahraga yang sering menimbulkan cedera pada anak adalah sepakbola yaitu sebanyak 63%. Sepakbola termasuk olahraga kontak fisik sehingga terjadinya cedera lebih besar, bukan hanya sepakbola tetapi olahraga lainnya juga tidak menutup kemungkinan bisa menimbulkan cedera.

Pencegahan dan perawatan cedera merupakan bekal bagi Guru PJOK, Terutama untuk guru PJOK sekolah dasar. Pasal 10 ayat (1) Undang-Undang Nomor 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen menyatakan bahwa:

Guru harus mempunyai kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Keempat kompetensi bersifat holistik dan merupakan suatu kesatuan yang menjadi ciri Guru profesional. Kemampuan berpikir holistik yang harus dikuasai oleh guru merupakan Langkah awal dalam menjalankan pembelajaran, dengan mempertimbangkan segala aspek-aspek yang akan mempengaruhi proses pembelajaran dalam pendidikan. Guru dituntut untuk berpikir secara luas sehingga diharapkan adanya perkembangan yang akan terjadi pada saat proses pembelajaran. permasalahan yang terdapat pada proses pembelajaran dapat segera diatasi dengan guru berpikir holistik.

Departemen Pendidikan Nasional (2004: 18) menyatakan:

Pencegahan dan perawatan cedera merupakan hal dasar yang harus dikuasai oleh guru PJOK. Seperti yang dijelaskan dalam kompetensi guru PJOK yang tertera dalam Standar Kompetensi Guru Pemula Penjasorkes S1, standar kompetensi 1 nomor 6 seorang guru harus menguasai prosedur layanan pertolongan pertama pada kecelakaan (PPPK) dan pencegahan dan perawatan cedera (PPC). Matriks 2 19 Standar Kompetensi Guru Pemula penjasorkes S1. Standar 1 penguasaan bidang

studi, Kompetensi 6 menguasai prosedur layanan pertolongan pertama (PPPK) dan pencegahan dan perawatan cedera (PPPC). Indikator 6.1 Mampu melaksanakan pertolongan pertama pada kecelakaan (PPPK) dalam pendidikan jasmani, 6.2 mampu melaksanakan pencegahan dan perawatan cedera (PPC) dalam pendidikan jasmani., 6.3 mampu menata, mengatur, menyimpan/meletakkan alat-alat PPPK dan PPC.

Besar kemungkinan terjadinya cedera pada saat aktivitas pendidikan jasmani membuat pentingnya materi tersebut. Tidak hanya teori tetapi juga dalam mempraktikkan materi. Perlunya bekal materi terkait perawatan dan pencegahan cedera terutama dalam kegiatan jasmani bagi calon guru PJOK. Materi pencegahan dan perawatan cedera sudah di ajarkan terkait teori dan praktik oleh calon guru terutama guru yang berlatar belakang perguruan tinggi dengan jurusan pendidikan olahraga. Tidak menutup kemungkinan bahwa materi pencegahan dan perawatan cedera tersebut juga dipelajari oleh guru yang tidak berlatar belakang perguruan tinggi pendidikan olahraga. Guru yang berlatar belakang lulusan perguruan tinggi pendidikan jasmani mempunyai nilai lebih dalam pengalaman pembelajaran pendidikan jasmani, tetapi guru PJOK yang tidak berlatar belakang lulusan pendidikan olahraga dikhawatirkan tidak memahami mengenai pencegahan dan perawatan cedera mulai dari penanganan pertama pada saat cedera sampai penanganan yang berkelanjutan. Pemenuhan standar kualifikasi akademik diatur dalam PERMENDIKNAS nomor 16 tahun 2007 pasal 1 ayat (1) menyatakan:

Setiap guru wajib memenuhi standar kualifikasi akademik dan kompetensi guru yang berlaku secara nasional”. aturan tersebut harus dilaksanakan dan dipenuhi oleh semua guru pada seluruh jenjang pendidikan termasuk guru PJOK sekolah dasar.

Sekolah dasar negeri se-Kecamatan Betung masih ditemukan orang yang memaksakan diri menjadi guru PJOK walaupun yang bersangkutan tidak dipersiapkan menjadi guru PJOK sekolah dasar, hal itu terjadi karena di daerah

tersebut mempunyai pandangan bahwa semua orang bisa menjadi guru asal saja mempunyai pengetahuan tentang pendidikan olahraga. Mengetahui saja tidak cukup dalam pengaplikasian pencegahan dan perawatan cedera tetapi pengalaman dan pemahaman yang terpenting dalam pengaplikasian pencegahan dan perawatan cedera. Materi pencegahan dan perawatan cedera masih menjadi persoalan yang amat dikhawatirkan terutama bagi guru PJOK yang tidak berlatar belakang lulusan perguruan tinggi pendidikan jasmani sekolah dasar, karena penerapan secara langsung kepada peserta didik masih belum dipastikan telah maksimal dilakukan oleh guru PJOK.

Hasil observasi Peneliti mendapatkan kasus di salah satu sekolah dasar di daerah Kecamatan Betung salah satu siswa mengalami cedera pada saat melakukan aktivitas olahraga yaitu sepak bola, guru tersebut tidak ingin mengambil resiko yang serius sehingga siswa yang mengalami cedera dilarikan di puskesmas terdekat. Kasus selanjutnya peneliti menemukan dari hasil observasi bahwa ketika terdapat siswa yang mengalami cedera pada bagian pergelangan kaki saat bermain sepak bola kemudian guru PJOK tersebut langsung mengambil tindakan menggeser geserkan pergelangan kaki tersebut.

Kemaksimalan penerapan pencegahan dan perawatan cedera di sekolah dasar perlu diketahui dengan menguji pemahaman dari guru tentang penerapan dan perawatan cedera sekolah dasar, terutama bagi guru PJOK sekolah dasar. Dari uraian yang telah disampaikan peneliti ingin mengetahui seberapa pemahaman guru PJOK sekolah dasar yang terdapat di Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin

Provinsi Sumatera Selatan walaupun masih ada guru yang tidak menjalani jenjang perguruan tinggi pendidikan jasmani.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan permasalahan diatas diidentifikasi beberapa permasalahan:

1. Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang menekankan pada gerak dan banyak dilakukan di luar kelas.
2. Peserta didik jenjang sekolah dasar rentan mengalami cedera pada saat pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Adanya guru PJOK yang tidak memiliki latar belakang pendidikan jasmani sekolah dasar.
4. Belum diketahui seberapa maksimal pemahaman guru tentang pencegahan dan penanganan cedera pada saat pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Se Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera selatan.

C. Batasan masalah

Dari identifikasi masalah terdapat Batasan masalah Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera Selatan.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan Batasan masalah maka dapat diambil rumusan masalah Seberapa Tinggi Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera di SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera Selatan ?

E. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui seberapa baik Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan.

F. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Dapat mengetahui tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera.
- b. Sebagai referensi bagi peneliti lainnya tentang pencegahan dan perawatan cedera.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti dapat bermanfaat sebagai ilmu pengetahuan dan menambah wawasan tentang penanganan dan perawatan cedera.
- b. Bagi guru penelitian ini bermanfaat sebagai informasi bahwa pentingnya mengetahui tentang penanganan dan perawatan cedera sehingga guru dapat memodifikasi pada saat proses pembelajaran untuk meminimalisir cedera pada saat pembelajaran pendidikan jasmani.
- c. Bagi sekolah penelitian ini sebagai bahan evaluasi pendidikan terutama dalam mempertimbangkan keselamatan aktivitas pembelajaran jasmani sekolah dasar.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pemahaman

Pemahaman merupakan dasar kemampuan pemecahan masalah, karena kemampuan pemecahan masalah saling berhubungan dengan tindakan yang didasari oleh berpikir secara logis (Susanto, 2015: 28). Sebelum mengambil Tindakan perlunya pengetahuan dan juga pemahaman atas permasalahan yang dihadapi.

Sementara Benjamin S. Bloom (Sudijono, 2009: 50) mengatakan bahwa pemahaman (*Comprehension*) adalah kesanggupan seorang manusia untuk mengerti akan sesuatu setelah sesuatu tersebut diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengerti tentang sesuatu dan dapat melihat dari sisi manapun. Seorang guru dikatakan memahami sesuatu apabila guru tersebut dapat memberikan penjelasan atau memberi uraian yang lebih rinci tentang hal itu dengan menggunakan kata-kata sendiri.

Pemahaman diartikan sebagai pengalaman mental, seperti yang dinyatakan oleh Sierpinska dalam (Susanto, 2015: 29) pemahaman merupakan pengalaman yang saling berhubungan antar objek yang satu dengan yang lainnya. Dalam proses pembelajaran pemahaman berkaitan erat bahkan bukan hanya sebagai kegiatan mental namun juga sebagai kegiatan sosial.

Pemahaman merupakan salah satu dari enam kategori pengelompokan (taksonomi) tujuan pendidikan dalam aspek kognitif. Yang dimaksud adalah

taksonomi bloom. Taksonomi bloom mengelompokkan tujuan kognitif ke dalam enam kategori yang mencakup pengenalan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan evaluasi. Pemahaman merupakan kemampuan untuk menjelaskan pengetahuan/informasi yang telah diketahui dengan kata-kata sendiri. Pemahaman dalam taksonomi bloom berada pada kategori kedua dalam tujuan pendidikan. dalam arti pengenalan/pengetahuan saja tidak cukup jika belum adanya pemahaman dalam pembelajaran.

Menurut Carin dan Sund dikutip dalam (Susanto, 2013: 7-8) pemahaman memiliki beberapa kriteria yang sebagai berikut:

- a. Pemahaman merupakan kesanggupan untuk menjelaskan sesuatu, yang dimaksud bahwa seseorang yang sudah memahami sesuatu atau sudah mendapatkan pemahaman maka dapat menjelaskan sesuatu dengan baik sesuai apa yang sudah diterima.
- b. Pemahaman lebih dari sekedar mengetahui, yang kebanyakan sebatas mengingat kembali pengalaman yang pernah dilakukan atau dipelajari. Bagi orang yang benar-benar sudah paham maka akan mampu membuat gambaran, contoh, dan penjelasan yang lebih luas serta dapat diterima oleh orang lain.
- c. Pemahaman bukan hanya sekedar mengetahui, karena pemahaman berhubungan dengan proses mental dan cara pikir.
- d. Pemahaman merupakan suatu tahap-bertahap yang masing-masing tahap adalah mencari hal baru, mengartikan, melakukan, dan lainnya yang berhubungan dengan pemahaman.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa pemahaman merupakan perkembangan dari pengetahuan-pengetahuan yang di dapat dan pengetahuan tersebut dapat diartikan secara luas oleh guru sehingga dari pengetahuan tersebut muncullah inovasi baru yang didesain berdasarkan dari pengetahuan/informasi yang didapat. Pemahaman guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera merupakan sebuah proses pemecahan masalah dalam pendidikan jasmani dengan mengembangkan pengetahuan/informasi yang didapat. Mempunyai pengetahuan saja tidak cukup dalam pencegahan dan penanganan cedera.

2. Faktor yang mempengaruhi pemahaman

Ada banyak faktor yang mempengaruhi pemahaman, namun dapat digolongkan menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor dalam diri individu sedangkan faktor eksternal adalah faktor di luar individu (Djamarah, 2010: 41).

a. Faktor-faktor intern

Faktor-faktor yang dibahas dalam faktor intern ini ada tiga faktor, yaitu:

1) Faktor Jasmaniah

Faktor jasmaniah berhubungan dengan tubuh atau badan, jika tubuh atau badan kurang sehat hal itu akan mempengaruhi seseorang dalam memahami pengetahuan yang didapat.

2) Faktor Psikologis

a) Intelligensi

Intelegensi memiliki dampak besar pada proses memahami. Dalam situasi yang sama, seseorang dengan intelegensi tinggi tampil lebih baik daripada

seseorang dengan intelegensi rendah. Meskipun seseorang memiliki inteligensi yang tinggi, belum tentu mereka berhasil dalam studinya. Hal itu dikarenakan Belajar merupakan proses yang kompleks yang dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah inteligensi.

b) Minat

Minat adalah keinginan dalam diri manusia untuk memperhatikan kegiatan tertentu. Minat mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap tahap memahami, karena jika mata pelajaran tidak sesuai dengan minat siswa maka tahap memahami tidak dapat berlangsung dengan baik dan pemahaman seseorang terhadap pelajaran tidak akan tercapai. Karena mata pelajaran yang menarik minat seseorang lebih mudah dipelajari dan dipahami.

3) Faktor Kelelahan

Kelelahan pada manusia dapat dibedakan menjadi dua yaitu kelelahan fisik dan kelelahan mental. Kelelahan fisik menunjukkan dirinya dalam kelemahan tubuh dan kecenderungan untuk membandingkan tubuh. Sedangkan kelelahan mental dikaitkan dengan kelesuan dan kebosanan, saat minat dan keinginan untuk melakukan sesuatu menghilang.

b. Faktor Ekstern

Salah satu faktor diluar individu adalah faktor lingkungan sekitar, faktor lingkungan sekitar seperti keluarga, teman bergaul dan masyarakat. Faktor lingkungan erat kaitan dengan sosialisasi dari individu yang satu dengan yang lainnya dan jika seseorang bersosialisasi dengan individu yang mempunyai

wawasan yang luas dan memiliki pengetahuan yang banyak maka seseorang tersebut akan ikut terkontaminasi seiring berjalan waktu.

3. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Guru merupakan tenaga pendidik yang bertanggung jawab sepenuhnya pada lingkungan sekolah dalam aspek kognitif,afektif dan psikomotorik peserta didik. Guru juga bertanggung jawab saat peserta didik sudah memasuki lingkungan sekolah dari jam pembelajaran sekolah sampai selesai dalam pembelajaran.

Semua orang bisa menjadi guru tetapi semua orang belum tentu bisa mendidik yang dibekali dengan pendidikan, pelatihan dan pengalaman dari jam terbang yang memadai. Menjadi guru seharusnya memiliki standar minimal. Seperti yang dijelaskan (Anwar, 2018) bahwa menjadi guru professional setidaknya memiliki standar maksimal yaitu:

- a. Memiliki kemampuan intelektual yang baik.
- b. Memiliki kemampuan memahami visi dan misi pendidikan nasional.
- c. Mempunyai keahlian mentransfer ilmu pengetahuan kepada siswa secara efektif.
- d. Memahami konsep perkembangan psikologi anak.
- e. Memiliki kemampuan mengorganisasi dan proses belajar.
- f. Memiliki daya cipta dan seni dalam mendidik.

Dalam undang-undang nomor 14 tentang guru dan dosen pada pasal 8 yang berbunyi. “Guru wajib memiliki kualifikasi akademik, kompetensi, sertifikat pendidik, sehat jasmani dan rohani, serta memiliki kemampuan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional”. Dalam undang-undang tersebut bertujuan untuk meningkatkan kemampuan guru itu sendiri sehingga guru lebih dihargai dengan

adanya kualifikasi yang ditetapkan. Kualifikasi juga membuktikan bahwa profesi guru benar-benar tenaga pendidikan yang berkualitas untuk mewujudkan tujuan pendidikan yang lebih baik.

Guru PJOK bagian dari tenaga pendidik yang juga bertanggung jawab dalam lingkungan sekolah. Perlu diketahui bahwa guru PJOK tidak hanya mengajarkan tentang olahraga seperti yang dipikirkan orang awam. Guru PJOK harus memiliki kompetensi seperti yang di tuangkan dalam Pasal 10 ayat (1) Undang-Undang Nomor 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen menyatakan bahwa:

Guru harus mempunyai kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Kompetensi tersebut didapatkan dari kualifikasi yang telah dilakukan oleh guru sehingga sudah tervalidasi menjadi guru yang professional.

Tugas guru PJOK sangat kompleks seperti yang dikemukakan oleh (Budayati, 2009: 145) bahwa tugas guru PJOK secara nyata antara lain:

a. Sebagai pengajar

Guru PJOK sebagai pengajar memiliki peran penting sebagai memberi ilmu pengetahuan yang mempunyai dampak atau mengarah pada ranah kognitif untuk peserta didik menjadi lebih baik atau meningkat. Melalui proses kegiatan belajar dan mengajar pendidikan jasmani dengan materi permainan, atletik, senam, renang, beladiri dan olahraga/aktivitas di alam terbuka para peserta didik mendapatkan banyak pengetahuan bagaimana hakikat masing-masing materi.

b. Sebagai pendidik

Guru PJOK sebagai pendidik tugasnya adalah lebih memberikan dan menanamkan sikap atau afektif ke peserta didik melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Pada saat melakukan kegiatan belajar dan mengajar

ditanamkan sikap, agar benar-benar menjadi manusia yang berbudi pekerti luhur dengan unsur-unsur sikap: tanggung jawab, jujur, menghargai orang lain, ikut berpartisipasi, rajin belajar, rajin hadir dan lain-lain.

c. Sebagai pelatih

Guru PJOK sebagai pelatih tugasnya adalah lebih banyak memberikan keterampilan dan fisik yang mempunyai dampak atau mengarah pada ranah fisik dan psikomotorik peserta didik menjadi lebih baik atau meningkat. Melalui aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani pada materi yang telah di pelajari para peserta didik dapat meningkatkan ranah psikomotorik dan keterampilan gerak dengan baik.

d. Sebagai pembimbing

Guru PJOK sebagai pembimbing tugasnya adalah lebih banyak mengarahkan kepada peserta didik pada tambahan kemampuan para peserta didiknya. Sebagai contoh: membimbing baris berbaris dalam mempersiapkan menjadi petugas upacara yang bertujuan menumbuhkan rasa cinta tanah air, mengelola UKS, mengelola koperasi, kegiatan pencinta alam dan membimbing peserta didik yang memiliki masalah khusus.

Guru PJOK adalah tenaga pendidik yang mempunyai kualifikasi sebagai guru profesional. Sebagai fasilitator yang merupakan bagian terwujudnya pendidikan nasional guru PJOK tidak hanya sebagai tenaga pendidik tetapi tugas dari guru PJOK sangatlah kompleks. Pemahaman bahwa pentingnya kualifikasi bagi guru pendidikan jasmani adalah untuk kepentingan guru itu sendiri supaya lebih menghargai makna dari guru terutama bagi guru pendidikan jasmani.

4. Penanganan dan perawatan cedera olahraga

a. Cedera olahraga

Cedera merupakan masalah serius dalam aktivitas olahraga yang membuat terhambatnya kegiatan selanjutnya, hal itu disebabkan faktor dari diri seseorang olahragawan maupun faktor dari luar. Cedera merupakan kerusakan fisik yang diakibatkan oleh tubuh manusia yang seketika mengalami penurunan energi dalam jumlah yang melebihi ambang batas toleransi fisiologis manusia atau akibat dari kurangnya elemen-elemen yang dibutuhkan (WHO, 2014).

Cedera olahraga umumnya ditimbulkan akibat kecelakaan, Teknik pelatihan yang buruk, peralatan yang tidak memadai, kurangnya komponen fisik, pemanasan yang tidak memadai dan terlalu sering menggunakan bagian tubuh tertentu pada saat berolahraga. Cedera olahraga adalah suatu kondisi terjadinya kerusakan pada jaringan yang disertai dengan gangguan fungsi yang timbul karena adanya trauma fisik secara langsung dari kegiatan olahraga baik yang bersifat ringan maupun berat (Yusni, 2019: 2).

Cedera olahraga (*sport injuries*) adalah jenis cedera yang muncul, baik pada saat latihan, aktivitas olahraga, pertandingan olahraga maupun pasca kegiatan. Pengetahuan mengenai cedera olahraga bermanfaat untuk mempelajari cara terjadinya cedera olahraga, mengobati/menolong/menanggulangi, serta tindakan pencegahan (Widhiyanti, 2018: 6)

Cedera olahraga juga dapat didefinisikan sebagai munculnya keluhan fisik yang diakibatkan karena partisipasi seseorang pada suatu aktivitas olahraga dan yang memaksa olahragawan atau atlet untuk mengubah atau memodifikasi rencana

untuk pelatihnya selama satu sesi olahraga atau lebih (Theisen, 2014: 248). Definisi lain cedera olahraga menurut Bhardwaj (2013: 46) adalah suatu bentuk terjadinya kerusakan pada jaringan baik yang timbul secara langsung maupun tidak langsung akibat dari frekuensi dan atau intensitas olahraga yang tidak sesuai yang bersifat ringan atau berat sehingga membutuhkan penanganan medis.

Cedera olahraga bisa terjadi di semua kalangan usia dan juga semua cabang olahraga baik olahragawan, atlet maupun siapapun yang melakukan kegiatan olahraga. Seperti yang pendapat (Yusni, 2019: 52-53) bahwa perbandingan resiko terjadinya cedera olahraga lebih tinggi dibandingkan dengan usia dewasa. Jenis olahraga yang sering menimbulkan cedera pada anak berbeda berdasarkan jenis kelamin, Cabang olahraga yang sering menimbulkan cedera pada anak adalah sepakbola yaitu sebanyak 63%. Sepakbola termasuk olahraga kontak fisik dan juga olahraga sepakbola merupakan olahraga yang paling populer di masyarakat Indonesia sehingga terjadinya cedera lebih besar, bukan hanya sepakbola tetapi olahraga lainnya juga tidak menutup kemungkinan bisa menimbulkan cedera.

Cedera olahraga adalah masalah serius anggota tubuh manusia dalam olahraga yang ditimbulkan dari berbagai faktor. Masalah tersebut perlu penanganan yang tepat dan cepat oleh tenaga pendidik terutama guru pendidikan jasmani sekolah dasar.

Menurut Widhiyanti (2018: 6) presentasi bagian bagian tubuh yang sering mengalami cedera olahraga : a. Kepala 1% b. Leher 1,5% c. Lengan 14% d. Badan 1% e. Punggung 16% f. Tangan dan Pergelangan Tangan 4% g. Pinggang/Pinggul

5,5% h. Paha 9% i. Lutut 22,5% j. Kaki/Tungkai Bawah 10% k. Tumit 14% l. Telapak Kaki 1,5%.

Adapun Klasifikasi cedera olahraga menurut Yusni (2019: 9) salah satunya berdasarkan penyebab:

1) Cedera langsung

Adalah cedera yang timbul secara langsung sebagai akibat dari adanya pukulan/tendangan dari lawan dan kekuatan eksternal.

2) Cedera tidak langsung

Adalah cedera yang terjadi tidak langsung mengenai organ atau cedera yang terjadi berada jauh dari lokasi benturan. Cedera tidak langsung biasanya dialami oleh Tindakan pemain sendiri seperti peregangan yang dilakukan berlebihan, Teknik Latihan yang salah, kebugaran yang rendah dan kelelahan.

Menurut Fondi (2016: 13) beberapa contoh hasil analisis cedera yaitu:

- 1) Cedera yang terjadi pada bagian punggung yang menyebabkan bagian kedua kaki juga merasakannya.
- 2) Cedera pada lutut yang menyebabkan lutut menjadi kaku karena ada gumpalan pada persendian sehingga lutut tidak bisa bergerak.
- 3) Cedera pada otot tumit yang menyebabkan nyeri.
- 4) Cedera yang timbul di berbagai bagian tubuh yang muncul pada saat kehidupan sehari-hari menyebabkan rasa sakit yang berkelanjutan.

Jenis jenis cedera olahraga yang umumnya terjadi adalah dislokasi sendi bahu, tendinitis, fraktur *clavicula*, *tennis elbow*, *low back pain* , tarikan pada harmstring, kram otot, nyeri pada tendon achilles, blisters, regangan pada jari, *side*

stitch, cedera lutut, nyeri akut *shinsplint*, *stress fraktur*, dan *plantar fasciitis* (Yusni, 2019: 4-5).



Gambar 1. Cedera Olahraga yang Sering Terjadi

Sumber: (Yusni, 2019: 5)

Gambar diatas menunjukkan secara mendetail letak letak cedera yang sering terjadi pada saat aktivitas olahraga. Jenis jenis cedera olahraga yang sering terjadi (Yusni, 2019: 27- 43).

1) *Blisters* (melepuh)

Cedera ini umumnya terjadi pada saat fase awal pelatihan pada cabang olahraga atletik. *Blisters* biasanya terjadi pada telapak kaki dan tangan. Luka bakar diartikan sebagai cedera pada kulit atau jaringan yang disebabkan oleh trauma akut thermal atau lainnya. luka bakar disebabkan kulit mengenai panas, suhu dingin yang ekstrim, senyawa kimia dan sengatan listrik (Wulandari, 2022: 393).

2) *Abrasi* (luka lecet/tergores ringan)

Cedera ini umumnya terjadi pada daerah permukaan kulit yang rusak akibat dari terjatuh pada permukaan yang kasar. (Eritriana, 2019) menyatakan Luka lecet

disebabkan oleh kulit yang bergesekan dengan benda lain biasanya dengan benda yang tidak tajam. Biasanya terjadi pada kulit, dan tidak sampai pada jaringan subkutan.

3) Memar

Cedera ini adalah salah satu cedera olahraga yang mengenai jaringan ikat yang terdapat dibawah kulit. Penyebabnya oleh adanya pukulan dari benda padat yang terjadi secara berulang. (Tilaar, 2020) memar merupakan luka tertutup yang berada dibawah kulit, jika dilihat dari luar seperti berwarna kebiru-biruan dan biasanya menimbulkan bengkak yang menonjol.

Tanda dan gejala memar yaitu nyeri bersifat ringan sampai sedang dan pembengkakan sedang sampai berat. Daerah yang sering terjadinya memar adalah kaki, tangan, bahu, siku, perut, dada dan kepala. Memar dapat terjadi oleh olahraga *body contact* maupun *non-body contact*.

4) Luka tusukan

Luka tusuk adalah cedera jaringan lunak yang terjadi ketika benda yang tajam dan runcing tidak sengaja masuk melalui kulit ke dalam tubuh. Benda tajam seperti jarum, pecahan kaca, pisau atau benda lain yang ujungnya tajam. Ciri khas dari luka tusuk ini adalah lukanya relatif lebih dalam dibandingkan lebarnya, oleh karena itu luka tusuk memerlukan penanganan segera (Sarana, 2009).

Luka tusuk dalam olahraga disebabkan oleh benda tajam atau sarana dan prasarana yang bersifat tajam. Resiko yang terjadi jika tidak ditangani adalah peradangan dan tetanus.

5) *Lacerasi* (luka robek)

Lacerasi adalah luka terbuka yang dapat menembus kulit dan memiliki tanda robekan kulit. *Lacerasi* dapat disebabkan oleh trauma atau luka tumpul dari benda tajam yang dapat menghancurkan dan membelah kulit. Ciri utama yang kita lihat adalah luka yang tidak beraturan memiliki sifat yang berbeda dari cedera lainnya (Assegaf, 2020).

Sama seperti luka tusukan yang membedakan adanya robekan pada kulit yang membuat luka terbuka dan diakibatkan oleh benda-benda tajam.

6) *Sprain* (cedera pada persendian ditandai dengan adanya robekan pada ligamen)

Sprain (keseleo) adalah cedera yang terjadi pada ligamen atau kapsul sendi dalam bentuk regangan, berputar atau robek. *Sprain* disebabkan adanya peregangan yang berlebihan.

Sprain diklasifikasikan kedalam 3 tingkatan, yaitu:

a) *Sprain* ringan

Pada *sprain* ini timbul hematoma ringan didalam ligamentum dan sedikit sedikit serabut yang rusak atau putus. Biasanya disertai gejala rasa sakit, pembengkakan atau robekan kecil pada ligamen, umumnya tidak berpengaruh pada stabilitas sendi.

b) *Sprain* sedang

Sprain ini menimbulkan Sebagian dari serabut ligamen robek atau putus. Gejala yang timbul adalah nyeri, bengkak parah dan biasanya berpengaruh terhadap stabilitas sendi sehingga sulit menggerakkan persendian.

c) *Sprain* berat

Sprain berat adalah terputusnya seluruh ligamen sehingga kedua ujungnya terpisah dan mengakibatkan sendi tidak stabil. Gejala yang timbul adalah nyeri hebat, bengkak yang sangat serius, sendi tidak bisa digerakkan/gerakan abnormal, dan diikuti dengan kerusakan pada jaringan sekitarnya.

7) *Strain* (peregangan atau robekan pada otot)

Strain adalah cedera akut atau kronis pada jaringan lunak yang mengenai otot, tendon atau keduanya yang terjadi akibat regangan yang berlebihan atau robekan. Penyebab terjadinya *strain* adalah adanya regangan atau kontraksi otot yang berlebihan. *Strain* sering terjadi pada olahraga seperti lari, lompat, sepakbola atau berputar dengan cepat pada saat olahraga.

Menurut Meikahani (2019) Berdasarkan berat ringannya cedera *strain* dibedakan menjadi 3 tingkatan, yaitu:

a) *Strain* Tingkat 1

Pada *strain* tingkat 1, terjadi tegangan yang serius atau tubuh merasakan rasa sakit yang tidak tertahankan, tetapi belum sampai terjadi robekan pada jaringan *muscula tendineus*.

b) *Strain* Tingkat II

Pada *strain* tingkat II, terdapat robekan pada bagian *musculo tendineus*. Tahapan ini dapat menimbulkan rasa nyeri dan sakit sehingga kekuatan pada tubuh berkurang.

c) *Strain* Tingkat III

Pada *strain* tingkat III, terjadinya robekan total pada bagian *musculo tendineus*. Biasanya hal ini membutuhkan tindakan pembedahan, jika diagnosis dapat ditetapkan.

8) Dislokasi

Dislokasi adalah cedera pada sendi yang menyebabkan tulang pindah atau bergeser dari posisi normalnya yang umumnya terjadi pada sendi yang lebih besar. Penyebab dislokasi umumnya adalah akibat jatuh, tabrakan sesama pemain pada olahraga *body contact* atau olahraga kecepatan tinggi. Lokasi cedera dislokasi yang paling sering terjadi pada orang dewasa adalah bahu, sedangkan pada anak-anak lebih sering terjadi pada siku, ibu jari dan jari. Dislokasi biasanya terjadi akibat benturan yang tiba-tibayaitu yang disebabkan karena seseorang terjatuh, terpukul benda keras, atau cedera lainnya. Ketika seseorang terjatuh tulang *humerus* akan terdorong ke depan, sehingga merobek kapsul atau menyebabkan tepi *glenoid teravulasi*, dan terkadang menyebabkan pecahnya bagian *posterolateral caput humerus* (Salim, 2021).

9) *Fraktur* (patah tulang)

Fraktur atau patah tulang adalah suatu kondisi terputusnya hubungan antara jaringan dan/atau tulang rawan, biasanya disebabkan oleh adanya paksaan yang terjadi secara seketika dan berlebihan. Jenis *fraktur* dibagi menjadi tiga yaitu *fraktur* tertutup, *fraktur* terbuka dan *fraktur* komplikasi. *Fraktur* merupakan istilah dari hilangnya hubungan antar tulang, baik yang bersifat total maupun sebagian, biasanya disebabkan oleh trauma. Terjadinya suatu *fraktur* sepenuhnya atau

sebagian ditentukan oleh kekuatan, sudut dan tenaga, keadaan tulang, serta jaringan lunak di sekitar tulang (Maharta, 2013).

10) *Tennis elbow*

Tennis elbow adalah suatu keadaan yang terjadi akibat oleh *overuse* (penggunaan berlebihan) dari otot-otot tangan dan lengan yang membuat nyeri siku. Istilah ini tidak khusus diperuntukkan untuk untuk cedera yang diakibatkan oleh tennis. Penyebab cedera *tennis elbow* adalah cedera pada otot atau tendon yang secara langsung atau tidak langsung mengenai bagian bagian luar dari siku *tennis elbow* khususnya melibatkan otot-otot dan tendon pada lengan bawah. *Tennis elbow* adalah penyakit regenerasi tendon yang paling sering mengenai siku. Kelainan ini menyebabkan rasa nyeri pada sisi lateral siku khususnya pada epicondylus lateralis dan otot ekstensor pergelangan tangan. Kelainan ini terutama terjadi pada pemain olah raga tennis lapangan atau pada mereka yang menggunakan lengan bawah pada posisi pronasi secara berulang-ulang seperti pada ibu rumah tangga, pekerjaan tukang, pekerjaan salon, montir, pemahat dan lain-lain nya yg mempergunakan pergelangan tangan secara berulang-ulang dalam posisi *ekstensiwrist* (Rudianto dkk, 2018).

11) *Turf toe*

Turf toe adalah suatu istilah yang biasanya untuk menggambarkan keseleo yang terjadi pada ligamen yang berada di sekitar sendi dari jempol kaki. Terjadinya *Turf toe* diakibatkan karena terganggunya jempol kaki atau penggunaan jempol kaki dengan paksaan yang terus-menerus seperti pada waktu melompat dan berlari. *Turf toe* adalah cedera yang timbul akibat terkilirnya kaki ke bagian depan pada

metatarsalphalang joint. Penyebab dari cedera *turf toe* ini adalah pemakaian sepatu yang tidak sesuai dengan fungsional atlet, kesalahan posisi gerak, dan *overuse* pada saat latihan (Sara, 2019).

12) *Runners knee*

Runners knee atau dalam bahasa Indonesia dikenal dengan lutut pelari, adalah suatu istilah cedera yang diberikan karena cedera ini paling banyak terjadi pada pelari. Cedera ini dapat terjadi pada olahraga lainnya yang membutuhkan banyak tekukan lutu seperti, bersepeda, lompat dan berjalan. *Runners knee* adalah himpunan nyeri pada lutut bagian luar yang akan timbul ketika melakukan aktivitas olahraga seperti berlari. Analisis menunjukkan terdapat 2,5 cedera setiap 1000 jam dari atlet profesional. tetapi, pelari pemula memiliki resiko lebih tinggi, yaitu 33 cedera setiap 1000 jam (Videbæk et al., 2015).

13) *Delayed onset muscle soreness (DOMS)*

Nyeri yang timbul setelah berolahraga. Nyeri otot biasanya terjadi setelah 24-48 jam berolahraga/beraktivitas. Gejalanya lebih parah setelah Latihan eksentrik. Penyebabnya *overloading* dan *over-reaching* yang berlebihan selama pelatihan dan bertanding. *Delayed Onset Muscle Soreness* adalah cedera yang menimbulkan rasa sakit atau nyeri pada otot yang dirasakan 24-48 jam pasca melakukan aktivitas fisik atau olahraga. Melakukan aktifitas fisik yang berlebihan dengan kapasitas yang tinggi dapat menyebabkan terjadinya cedera, kerusakan otot atau jaringan ikat pada otot (Sari, 2016).

b. Pencegahan cedera

Pencegahan cedera adalah sebuah Tindakan yang dilakukan untuk mengurangi resiko terjadinya cedera. Ada berbagai macam bentuk pencegahan mulai dari memberikan pengetahuan kepada olahragawan, atlet maupun siapapun yang melakukan olahraga tentang sesuatu yang tidak dilakukan pada saat melakukan olahraga sampai memberikan ilmu pengetahuan tentang Teknik yang benar dalam melakukan olahraga. Memberikan pengetahuan pencegahan kepada guru PJOK sekolah dasar adalah bentuk awal pencegahan cedera terhadap peserta didik sekolah dasar. Hal itu telah menjawab alasan diharuskan adanya guru yang memiliki kualifikasi. Proses kualifikasi guru membuktikan bahwa guru telah dibekali ilmu pengetahuan terutama guru PJOK yang dibekali ilmu dasar yaitu pencegahan cedera dalam olahraga. Setelah mendapatkan ilmu pengetahuan maka selanjutnya guru dapat mempertimbangkan hal-hal yang dapat mengurangi resiko cedera seperti mengecek kebugaran peserta didik dan mengecek sarana prasana sekolah.

Ismunandar (2020) menyatakan berbagai hal yang dapat dilakukan untuk mencegah dan meminimalkan cedera pada atlet muda antara lain: 1. Memotivasi atlet muda untuk selalu menjaga kesehatan dan kebugaran secara berkala, 2. Menyempatkan waktu untuk mengurangi latihan beban pada saat atlet memasuki usia yang rentan, 3. Memberikan edukasi, terutama bagi atlet wanita, untuk mengikuti latihan *neuromukular* yang bertujuan untuk mencegah dan mengurangi cedera ligamen pada lutut, 4. Memotivasi untuk latihan yang bertujuan memperkuat bagian pinggul, 5. Memotivasi atlet untuk selalu menjaga pola tidur sehat, 6. Tidak

terlalu cepat untuk memfokuskan anak ke satu cabang olahraga tertentu, 7. Tidak lupa menggunakan perlengkapan olahraga yang sesuai, 8. Jika terjadi cedera, maka kenali, hentikan dari aktivitas olahraga sampai anak pulih sepenuhnya sesuai kriteria yang ditentukan, 9. Memberikan edukasi pada atlet muda untuk mengenali berbagai macam penyakit dan gejala penyakit. Berikan masukan pada atlet untuk segera melaporkan ke orangtua atau pelatih apabila mereka mengalami gejala tersebut, dan 10. Selalu memotivasi anak untuk menjaga sportifitas dalam berolahraga.

Pencegahan yang dilakukan sebelum terjadinya cedera menurut Nurcahyo (2010: 74-75), yaitu:

1). Pencegahan melalui lingkungan

Sebelum melakukan aktivitas diluar sebaiknya mengecek keadaan lapangan yang akan dipakai saat melakukan aktivitas olahraga, baik kelayakannya, kebersihan lapangan dan lainnya sehingga saat melakukan aktivitas olahraga dilakukan dengan aman dan nyaman.

2). Pencegahan melalui perlengkapan yang dipakai (*equipment*)

Perlengkapan setiap cabang olahraga berbeda-beda sesuai standarisasi dari cabang olahraga, dengan mematuhi prosedur perlengkapan olahraga yang telah ditetapkan maka atlet/olahragawan akan merasa aman dan nyaman dalam melakukan aktivitas olahraga tersebut.

3). Pencegahan melalui Latihan

Latihan merupakan proses meningkatkan keterampilan dan reflek gerakan sehingga tubuh akan beradaptasi. Dengan meningkatnya adaptasi tubuh maka cedera dapat dicegah dan diminimalisir.

4). Pencegahan melalui *warming up*, dan *cooling down*

warming up (Pemanasan), dan *cooling down* (pendinginan) sebelum dan sesudah latihan memberikan banyak manfaat, seperti menyiapkan organ tubuh, mempersingkat waktu istirahat (*recovery*), mengurangi ketegangan otot dan stress/tekanan jiwa. *warming up* (Pemanasan), dan *cooling down* (pendinginan) yang baik diharapkan bisa mencegah atau mengurangi terjadinya cedera.

5). Pencegahan melalui Keterampilan

Menguasai tingkat keterampilan pada cabang olahraga tertentu, teknik maupun taktik baik secara individu maupun kerja sama tim yang dilakukan dengan baik dan benar diharapkan dapat mencegah atau mengurangi terjadinya cedera.

6). Pencegahan melalui Pola dan Pemilihan Makanan

Makanan dan minuman yang baik, menyehatkan dan dapat segera diserap oleh tubuh sebagai sumber tenaga dan pengganti ion/cairan tubuh dapat mencegah dan mengurangi terjadinya cedera.

Adapun langkah-langkah pencegahan cedera olahraga dapat bersifat pencegahan primer dan pencegahan sekunder (Yusni, 2019: 94-95).

1) Pencegahan primer

Suatu tindakan pencegahan yang pertama dengan tujuan untuk mencegah terjadinya cedera olahraga. Bentuk pencegahan primer adalah: nutrisi baik dan

seimbang, Teknik Latihan yang baik, program periodisasi Latihan sesuai dengan komponen fisik dasar atlet, memeriksa kondisi fisik dan Kesehatan olahragawan/atlet secara berkala, menggunakan pakaian olahraga yang ergonomis, kondisi tempat Latihan atau olahraga yang baik dan nyaman, mengkonsumsi cairan yang cukup.

2) Pencegahan sekunder

Pencegahan sekunder bertujuan untuk mencegah efek lanjut dari cedera olahrag seperti infeksi, contohnya : deteksi dini penyebab cedera seperti usia, pengalaman berkompetisi, kelelahan dan *overtraining* perlu diperhitungkan selama pelatihan dan kompetisi, serta faktor psikologis (kurangi atau kendalikan situasi-situasi yang berpotensi membuat stress bagi olahragawan).

3) Pencegahan tersier

Adalah pencegahan yang dilakukan untuk mencegah komplikasi pasca cedera. tindakan. Pencegahan tersier dapat berupa mengatur dan mengurangi ketidakseimbangan mekanis, *articular*, otot, tendon dan ligamen pada olahragawan pasca cedera, memberikan waktu pemulihan cedera yang cukup dan sesuai dengan derajat kerusakan organnya.

c. Perawatan cedera

Perawatan cedera adalah Tindakan yang dilakukan pada saat terjadi cedera dan pasca cedera. Perawatan cedera sebaiknya dilakukan oleh seseorang yang memiliki pengetahuan dalam perawatan dan juga berpengalaman. Perawatan cedera harus dilakukan secara tepat dan cepat karena cedera merupakan kecelakaan yang amat serius di kehidupan sehari-hari dan akan berkelanjutan jika tidak ditangani

dengan benar. Perawatan dapat dijelaskan sebagai perlakuan yang diberikan guna memberikan pengobatan dalam proses penyembuhan akibat dari tindakan atau akibat dari cedera yang dialami seseorang (Ernawati, 2018).

Tujuan perawatan dalam cedera seperti yang dijelaskan Yusni (2019: 105) bahwa:

- 1) Mencegah kerusakan jaringan lebih lanjut.
- 2) Meminimalkan pembengkakan.
- 3) Mengurangi nyeri.
- 4) Mengurangi pembentukan jaringan parut.
- 5) Mengurangi waktu yang dibutuhkan untuk rehabilitasi.

Adapun prinsip-prinsip Dasar Perawatan Cedera Olahraga menurut Widhiyanti (2018: 16-19), yaitu:

- 1) Segera Setelah Terjadi Cedera (0 sampai dengan 36 jam)

Dalam penanganan pertama dilakukan dengan metode RICE, yaitu:

R = *Rest*, diistirahatkan.

I = *Ice*, didinginkan (kompres es).

C = *Compression*, balut tekan.

E = *Elevation*, ditinggikan dari letak jantung.

- a) *Rest*

Segera istirahatkan bagian yang cedera. Tujuannya adalah untuk mencegah bertambah parahnya cedera dan mengurangi aliran darah (perdarahan) ke area cedera. Waktu yang dibutuhkan dalam istirahat tergantung pada kondisi cedera.

Bila terjadi cedera di tungkai gunakan *kruk* untuk menghindari tumpuan pada tungkai yang cedera, dan untuk cedera di lengan gunakan *splint*.

b) *Ice*

Tujuannya adalah melokalisir cedera, mematiraskan ujung syaraf sehingga dapat mengurangi nyeri, mencegah pembengkakan, mengurangi pendarahan (*vasokonstriksi*). Tata cara pada saat mengkompres es: es dimasukkan ke dalam kantong es atau es dibalut pada handuk kecil, setelah itu es diletakkan pada bagian yang mengalami cedera selama 2-3 menit sampai rasa sakit pada cedera berkurang atau membaik dengan intervalnya 20-30 menit setelah cedera diberikan perlakuan. Jangan terlalu lama mengompres karena bisa menyebabkan rusaknya jaringan tubuh dan vasodilatasi berlebihan. seandainya tidak ada es bisa diberikan *evaporating lotion*, zat-zat kimia yang menguap dan mengambil panas misalnya : *chlorethyl spray*. Memberikan obat-obatan dapat juga mengurangi rasa sakt/nyeri pada cedera seperti obat-obatan yang tergolong anti inflamasi dan *analgesik*. Obat-obatan yang termasuk dalam anti inflamasi: *papase, anti reumatik, kortikosteroid*, dan lain-lain. Obat-obat yang termasuk dalam *analgesik*: *antalgin, neuralgin, panadol, aspirin, asetosal*, dan lain-lain.

c) *Compression*

Tujuannya adalah untuk mengurangi pembengkakan sebagai akibat perdarahan dan untuk mengurangi pergerakan. Pada saat pembalutan dan penekanan menggunakan bahan yang terbuat dari bahan elastis seperti: *elastic bandage, tensio krep*, atau benda-benda lain yang berjenis sama. Ikatan harus memiliki kriteria nyaman dan jangan terlalu kencang karena bisa menimbulkan

kematian jaringan-jaringan di sebelah distal ikatan. Ciri-ciri ikatan terlalu kencang: denyut nadi bagian distal terhenti atau sudah tidak terasa, cedera semakin lama semakin membengkak, penderita merasa kesakitan atau tidak nyaman, warna kulit pucat kebirubiruan, dan tidak merasakan apapun pada daerah yang cedera.

d) *Elevation*

Tujuannya adalah mengurangi pendarahan dan mengurangi pembengkakan. Dengan mengangkat bagian cedera lebih tinggi dari letak jantung menyebabkan aliran darah arteri menjadi lambat (melawan gravitasi bumi) dan aliran darah vena menjadi lancar sehingga pendarahan dan pembengkakan berkurang. Hasilnya jaringan yang rusak akan lancar dibuang oleh aliran darah balik dan pembuluh limfe.

Dalam menangani cedera baru (0-36 jam) jangan melakukan HARM, yaitu:

H = *Heat*

A = *Alcohol*

R = *Running*

M = *Massage*

2) 36 Jam Setelah Cedera

Pemberian kompres panas bisa diterapkan, yang bertujuan untuk mencerai beraikan *traumatic effusion* atau cairan plasma darah yang keluar dan masuk di sekitar tempat yang mengalami cedera sehingga mudah diangkut oleh pembuluh darah balik dan limfe, memperlancar proses penyembuhan dan mengurangi rasa sakit karena kejangnya otot. Pemberian kompres panas batas intervalnya sekitar 20-

30 menit. Fisioterapi berupa *massage*, penyinaran (*infra red*), menggunakan alat bantu seperti *decker* atau *elastic bandage* dapat dilakukan pada tahap ini.

3) Jika Bagian yang Cedera dapat Digunakan dan Hampir Normal

Massage masih bisa diterapkan untuk memberi bantuan pada proses penyembuhan. Bertujuan untuk memelihara kemungkinan gerak normal dari sendi yang sedang mengalami cedera, bisa melakukan latihan-latihan penyembuhan secara bertahap dan sedikit demi sedikit sampai batas nyeri yang dirasakan pada lokasi yang terkena cedera. Jika sendi tidak dilatih secara berkala, maka yang akan terjadi gerakan bisa menjadi terbatas dikarenakan terbentuknya penebalan dan pelekatan pada jaringan yang sedang mengalami tahap penyembuhan. Latihan-latihan ini seperti latihan *mobility*, yakni menggerakkan sendi sejauh mungkin sampai batas rasa sakit pada cedera.

4) Jika Bagian yang Cedera Sudah Sembuh dan Latihan Dapat Dimulai

Bagian yang mengalami cedera dipersiapkan agar kuat terhadap tekanan-tekanan dan tarikan-tarikan yang terdapat pada cabang olahraga si penderita tersebut. Latihan berat yang terprogram sudah dapat diterapkan pada tahap ini.

B. Hasil Penelitian yang relevan

Adapun penelitian ini berkaitan dengan penelitian sebelumnya:

1. Penelitian yang dilakukan Wahyu Irsyad Kamal Faozan tentang identifikasi cedera sepakbola usia 12 tahun dalam pengaruh permainan dilihat dari *Body contact* dan *non body contact*. Penelitian ini membahas tentang seberapa banyak kasus cedera yang disebabkan oleh *body contact* maupun *non body contact* dalam event kejuaraan nasional piala Rektor UNY. Penelitian ini menggunakan

penelitian deskriptif kuantitatif. dengan metode survei dan teknik pengumpulan data dengan pengamatan. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola usia 12 tahun dalam kejuaraan nasional piala rektor universitas negeri yogyakarta yang berjumlah sebanyak 54 atlet pada semifinal dan pada final berjumlah 26 atlet. Sampel pada penelitian ini didapat sesuai dengan kriteria peneliti yang didapatkan dari hasil pengamatan selama bertanding. Hasil pada penelitian ini, atlet sepak bola usia 12 Tahun Dalam Kejuaraan Nasional Piala Rektor UNY berdasarkan pertandingan semifinal 1 dan 2 cedera *body contact* sebanyak 41 kasus. Cedera *body contact* tertinggi terjadi pada pergelangan kaki sebesar (29,26 %). Sedangkan Cedera *non body contact* sebanyak 15 kasus, cedera tertinggi pergelangan kaki (53,33 %). Hasil pada pertandingan final cedera *body contact* sebanyak 15 kasus. Cedera tertinggi pada cedera pergelangan kaki sebesar (33,33%). Sedangkan cedera *non body contact* sebanyak 8 kasus. Cedera tertinggi adalah cedera pergelangan kaki (62,2 %)

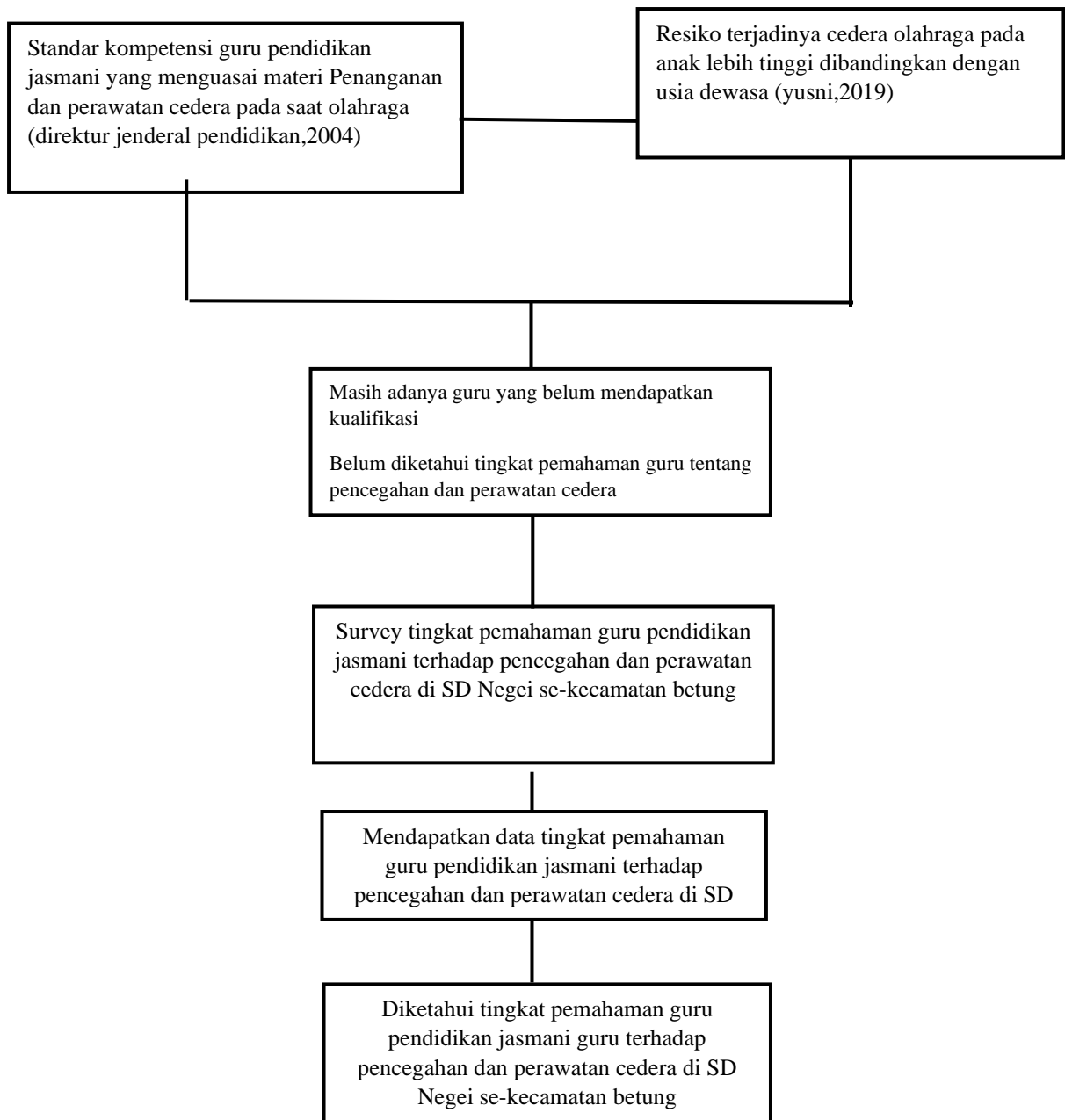
2. Penelitian yang dilakukan oleh Ikhsan Ahmad Fahrezi tentang tingkat pemahaman guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera di sekolah pada pembelajaran di SD se-Kecamatan Panjatan Kabupaten Kulon Progo tahun 2022. Penelitian ini membahas seberapa tinggi tingkat pemahaman guru SD di Kecamatan Panjatan tentang pencegahan dan perawatan cedera olahraga dalam pembelajaran penjasorkes. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Teknik pengumpulan data berupa tes soal pilihan ganda. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru penjasorkes di Kecamatan Panjatan Kabupaten Kulon Progo yang

berjumlah 27 guru. Analisis data menggunakan deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa; pemahaman guru PJOK sekolah dasar di Kecamatan Panjatan tentang pencegahan dan perawatan cedera masuk dalam kategori-kategori. Dengan hasil secara umum sebagai berikut, kategori “sangat rendah” sebesar 7,4% (2 guru), kategori “rendah” sebesar 18,5% (5 guru), kategori “sedang” sebesar 29,6% (8 guru), kategori “Tinggi” sebesar 44,4% (12 guru), dan kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru).

C. Kerangka berpikir

Berdasarkan kajian teori yang telah diterangkan peneliti menitik beratkan kepada guru PJOK sekolah dasar yang mana guru PJOK sekolah dasar untuk memenuhi standar kualifikasi guna memvalidasi sebagai guru profesional yang telah siap dalam menghadapi permasalahan-permasalahan dalam pembelajaran jasmani. Terutama dalam permasalahan cedera dalam olahraga, resiko terjadinya olahraga pada anak-anak sangat tinggi dibandingkan usia dewasa karena anak-anak tidak mengerti hal-hal yang harus dihindari pada saat masa-masa bermain.

Alur penelitian ini peneliti akan mengumpulkan dari 26 guru sekolah dasar se Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan yang kemudian akan data akan di proses menggunakan penelitian deskriptif dan pendekatan kuantitatif



Gambar 2. Bagan Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sudaryono (2017: 82) penelitian deskriptif adalah penelitian terhadap masalah-masalah berupa fakta-fakta saat ini dari suatu populasi yang meliputi kegiatan penilaian sikap atau pendapat terhadap individu, dari suatu populasi yang meliputi kegiatan penilaian sikap atau pendapat terhadap individu, organisasi, keadaan, ataupun prosedur. Tujuannya adalah menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan yang berkaitan dengan current status subjek yang diteliti. dalam penelitian deskriptif dapat digunakan pendekatan kuantitatif, pendekatan kualitatif, penggambaran secara naratif kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif.

B. Tempat dan waktu penelitian

Tempat penelitian dilakukan di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera selatan. Waktu yang dibutuhkan untuk meneliti adalah dari bulan maret 2023-selesai.

C. Populasi dan sampel penelitian

Populasi penelitian merupakan sumber yang dapat membantu dalam mencapai tujuan dari penelitian. Populasi bukan sekadar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat

yang dimiliki oleh subjek atau objek itu (Sudaryono, 2017: 166). Populasi adalah Guru PJOK sekolah dasar di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan. Dengan jumlah 26 guru PJOK sekolah dasar negeri yang berada di daerah Kecamatan Betung. Sampel penelitian menunjukkan dan menentukan seberapa jauh sampel yang digunakan bermanfaat dalam proses membuat kesimpulan penelitian, hal ini menggabungkan sejumlah anggota yang dipilih dari populasi (Sudaryono, 2017: 167). Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan teknik total sampling artinya populasi yang digunakan semuanya dijadikan sampel, mengingat jumlah populasi yang relatif kecil.

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu atribut atau sifat atau nilai dari orang , objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sudaryono, 2017: 152). Variable dalam penelitian adalah Tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera. Definisi operasional dari variabel tersebut adalah seberapa baik kemampuan guru dalam mengerti, memahami dan menerapkan pencegahan dan perawatan cedera. Berdasarkan pada definisi operasional variabel, penelitian ini menggunakan soal dalam bentuk pilihan ganda yang meliputi tiga faktor yaitu hakikat cedera, pencegahan cedera, dan perawatan cedera.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen penelitian

Instrument penelitian adalah alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data seperti yang diterangkan oleh (Arikunto, 2014: 262) instrumen

penelitian merupakan komponen yang digunakan untuk membantu dalam mengumpulkan data. Penelitian ini menggunakan tes yang berupa soal pilihan ganda. Soal pilihan ganda pada penelitian ini merupakan soal tertutup sehingga responden hanya memilih jawaban. (Sudaryono, 2017: 253) Tes merupakan himpunan pertanyaan yang harus dijawab, harus ditanggapi, atau tugas yang harus ditanggapi oleh orang yang di tes. Menurut Karmel dan Kamel dalam (Sudaryono, 2017: 262) ada sepuluh kriteria tes yang baik, yakni (a) tes harus relevan; (b) ada keseimbangan antara tujuan yang ingin dicapai dengan jumlah butir tes yang mewakilinya; (c) efisiensi waktu yang digunakan untuk melakukan tes, penskoran dan pengadministrasian skor tes; (d) objektivitas dalam memberikan skor dan interpretasinya; (e) kekhususan tes yang mengukur materi pelajaran yang diajarkan di kelas; (f) tingkat kesukaran setiap butir tes; (g) kemampuan butir membedakan kelompok siswa yang memiliki kemampuan tinggi dan rendah; (h) reliabilitas; (i) kejujuran dan pemerataan kesempatan; dan (j) kecepatan menyelesaikan tes.

Instrumen penelitian ini diadopsi dari penelitian ikhsan ahmad fahrezi dengan judul skripsi Tingkat pemahaman Guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera pada pembelaaran di sekolah dasar se- Kecamatan Panjatan Kabupaten Kulon Progo Tahun 2022. Instrumen tersebut mempunyai validitas dan realibilitas yang tinggi, relevan dengan penelitian ini, dan relevan dengan subjek yang akan diteliti. Instrument penelitian sudah diujicobakan kepada guru PJOK di kecamatan galur kabupaten kulon progo. Adapun kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel penelitian	Faktor	Indikator	Item	Jumlah
Tingkat Pemahaman Guru PJOK Dalam Pencegahan Dan Perawatan Cedera Pada Pembelajaran Di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Panjatan Kabupaten Kulon Progo Tahun 2022	Cedera	a. Pengertian cedera b. Penyebab terjadinya cedera c. Macam-macam cedera	1,2,3,4 6,7,8,9,10 11,12,13,	13
	Pencegahan Cedera	a. Pengertian pencegahan cedera b. Cara pencegahan cedera	14,15,16,17 18,19,20,21,22	9
	Perawatan Cedera	a. Pengertian perawatan cedera b. Cara perawatan cedera	23,24,25,26,27 28,29,30,31,32,33	11
Jumlah				33

2. Teknik Pengumpulan data

Pengumpulan data dalam penelitian bertujuan untuk mendapatkan bahan-bahan, keterangan, fakta yang terdapat dilapangan, dan informasi yang dapat dipercaya (Sudaryono, 2017: 205). Pengumpulan data merupakan tahap pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik dalam proses pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes yang diberikan kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanisme pengumpulan data pada penelitian ini:

- a. Peneliti mencari data guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan
- b. Peneliti menentukan berapa jumlah guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera selatan yang menjadi subjek penelitian.
- c. Peneliti menyebarkan tes yang telah disediakan kepada responden.

- d. Setelah itu peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
- e. Setelah memperoleh data penelitian peneliti menarik kesimpulan dan memberikan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas instrumen

Sebelum digunakan dalam pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari tes yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Instrumen dalam penelitian ini di ujicobakan menggunakan teknik *one shot*. Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui validitas dan reabilitas instrumen penelitian.

1. Pembuktian Validitas

Validitas merupakan pengukuran untuk alat tes yang digunakan sebelum penelitian dilakukan. Seperti yang diterangkan oleh (Sudaryono,2017: 301) bahwa validitas adalah suatu konsep yang berkaitan dengan sejauh mana tes telah mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji validitas yang dilakukan Dalam penelitian ini bantuan software Microsoft Excel dengan rumus korelasi *product moment* dari Pearson Arikunto (2014:171) yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \sum x^2 - (\sum x)^2)(N \sum y^2 - (\sum y)^2)]}}$$

- Keterangan :
- Xy : nilai pertanyaan dikalikan dengan nilai total
 - r : araf signifikan
 - X : nilai pertanyaan/butir
 - Y : nilai total
 - n : jumlah

Untuk mengukur validitas alat atau instrumen, digunakan teknik korelasi *produk moment* dari Karl Pearson dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Kemudian setelah data uji coba terkumpul kemudian dianalisis dengan bantuan software Microsoft excel. Butir dikatakan valid apabila r hitung $\geq r$ tabel. Untuk nilai r tabel dengan responden 26 orang adalah sebesar 0,3882.

Setelah dilakukan perhitungan dapat diketahui dari 33 butir pertanyaan tidak ada yang gugur, sehingga semua butir soal dapat digunakan sebagai instrumen penelitian yang valid. Berikut hasil uji validitas:

Tabel 2. Hasil pembuktian validitas

Faktor	No	rHitung	rTabel	V/T
Cedera	Soal 1	0,454592	0,3882	Valid
	Soal 2	0,408336	0,3882	Valid
	Soal 3	0,417733	0,3882	Valid
	Soal 4	0,411011	0,3882	Valid
	Soal 5	0,412435	0,3882	Valid
	Soal 6	0,468169	0,3882	Valid
	Soal 7	0,395675	0,3882	Valid
	Soal 8	0,403718	0,3882	Valid
	Soal 9	0,397535	0,3882	Valid
	Soal 10	0,453982	0,3882	Valid
	Soal 11	0,45328	0,3882	Valid
	Soal 12	0,443636	0,3882	Valid
	Soal 13	0,429503	0,3882	Valid
Pencegahan	Soal 14	0,417404	0,3882	Valid
	Soal 15	0,447303	0,3882	Valid
	Soal 16	0,471157	0,3882	Valid
	Soal 17	0,411422	0,3882	Valid
	Soal 18	0,439666	0,3882	Valid
	Soal 19	0,417078	0,3882	Valid
	Soal 20	0,388526	0,3882	Valid
	Soal 21	0,466878	0,3882	Valid
	Soal 22	0,447303	0,3882	Valid
	Soal 23	0,411422	0,3882	Valid
Perawatan	Soal 24	0,430736	0,3882	Valid
	Soal 25	0,401476	0,3882	Valid
	Soal 26	0,401476	0,3882	Valid
	Soal 27	0,401912	0,3882	Valid
	Soal 28	0,454592	0,3882	Valid
	Soal 29	0,429503	0,3882	Valid
	Soal 30	0,431646	0,3882	Valid
	Soal 31	0,468169	0,3882	Valid
	Soal 32	0,405305	0,3882	Valid
	Soal 33	0,551547	0,3882	Valid

2. Pembuktian Reliabilitas

Setelah melakukan uji validitas maka dilakukan uji reliabilitas. Uji realibitas bertujuan untuk memantapkan instrumen penelitian sebelum digunakan dalam

penelitian. Seperti pendapat (Sudaryono, 2017: 322) bahwa reliabilitas diartikan sebagai sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.

Uji reliabilitas tersebut menggunakan software *Microsoft Excel* dengan rumus *Alpha Cronbach* (Sugiyono, 2016), yaitu:

$$r_i = \frac{K}{(k - 1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_1^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan:

r_i : Koefisien reliabilitas instrumen

K : Jumlah butir pertanyaan yang valid

$\sum s_1^2$: Jumlah varian butir

s_t^2 : varian skor total

Menurut Arikunto (2014: 154), penggunaan teknik *Alpha Cronbach* menunjukkan bahwa suatu instrumen dapat dikatakan handal (reliabel) bila memiliki koefisien reliabilitas atau *alpha* sebesar 0,6 atau lebih. Setelah dilakukan uji coba reliabilitas dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan adalah reliabel karena *Alpha Cronbach* lebih dari 0,6 yaitu faktor pengertian cedera sebesar 0,69, faktor pencegahan cedera sebesar 0,65, dan faktor perawatan cedera sebesar 0,69.

Tabel 3. Hasil Pembuktian Reliabilitas

Faktor	Nilai acuan	Nilai cronbach's Alpha	N of items	Kesimpulan
Cedera	0,6	0,692545044	13	Reliabel
Pencegahan		0,656284968	9	Reliabel
Perawatan		0,696083551	11	Reliabel

Setelah dilakukan pembuktian validitas dan reliabilitas maka dapat disimpulkan bahwa butir soal setiap indikator tidak ada yang gugur sehingga butir soal keseluruhan 33 butir soal. Berikut kisi-kisi instrumen:

Tabel 4. Kisi-kisi instrumen penelitian

Variabel penelitian	Faktor	Indikator	Item	Jumlah
Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan	Cedera	d. Pengertian cedera	1,2,3,4	13
		e. Penyebab terjadinya cedera	6,7,8,9,10	
		f. Macam-macam cedera	11,12,13,	
	Pencegahan Cedera	c. Pengertian pencegahan cedera	14,15,16,17	9
		d. Cara pencegahan cedera	18,19,20,21,22	
	Perawatan Cedera	c. Pengertian perawatan cedera	23,24,25,26,27	11
d. Cara perawatan cedera		28,29,30,31,32,33		
Jumlah				33

G. Analisis Butir Soal

Setelah soal dibuat, perlu dilakukan telaah atas soal tes tersebut. Analisis butir soal digunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Tingkat Kesukaran

Tingkat kesukaran soal adalah peluang untuk menjawab benar soal pada tingkat kemampuan tertentu yang biasanya dinyatakan dalam bentuk indeks. Semakin besar indeks kesukaran berarti semakin mudah soal tersebut dan sebaliknya. Fungsi tingkat kesukaran butir biasanya dikaitkan dengan tujuan tes. Misalnya untuk ujian akhir semester digunakan soal dengan tingkat kesukaran sedang, untuk keperluan seleksi digunakan soal dengan tingkat kesukaran tinggi, dan untuk keperluan diagnostik digunakan soal dengan tingkat kesukaran mudah (Arikunto, 2013: 209).

Untuk menganalisis tingkat kesukaran soal artinya mengkaji soal-soal mana yang termasuk mudah, sedang, dan sukar. Untuk menyusun soal tes sebaiknya digunakan butir soal yang tingkatan kesukarannya berimbang yaitu sukar= 25%, sedang= 50%, dan mudah= 25%.

Rumus tingkat kesukaran (Arikunto, 2013: 208) adalah sebagai berikut:

$$p = \frac{B}{JS}$$

Keterangan:

P : Indeks kesukaran/tingkat kesukaran

B : Banyaknya responden yang menjawab soal itu dengan benar

JS : Jumlah seluruh responden

Kriteria tingkat kesukaran suatu item soal dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Kriteria Tingkat Kesukaran

Indeks kesukaran	Keterangan
Kurang dari 0,30	Item soal berkategori sukar
0,31 – 0,70	Item soal berkategori sedang
Lebih dari 0,71	Item soal berkategori mudah

(Sumber: Arikunto, 2013: 209)

Hasil analisis tingkat kesukaran butir instrumen, disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Analisis Tingkat Kesukaran

<i>Proportion correct (p)</i>	Kategori Soal	Frekuensi	Persentase
> 0,71	Mudah	16	48%
0,31 – 0,70	Sedang	17	52%
< 0,30	Sukar	0	0%
Jumlah		33	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat kesukaran butir instrumen berada pada kategori “mudah” sebesar 48% (16 butir), “sedang” sebesar 52% (17 butir), “sukar” sebesar 0% (0 butir).

2. Daya pembeda

Daya pembeda soal adalah kemampuan suatu butir soal untuk membedakan antara siswa yang telah menguasai materi dan siswa yang belum menguasai materi yang ditanyakan. Angka yang menunjukkan besarnya daya pembeda disebut indeks daya pembeda (DP). Tes bentuk objektif dalam menghitung daya pembeda dapat dilakukan dengan menggunakan rumus (Arikunto, 2013: 214) sebagai berikut:

$$D = P_A - P_B$$

Keterangan:

D : Daya pembeda yang dicari

P_A : Proporsi kelompok atas yang menjawab benar

P_B : Proporsi kelompok bawah yang menjawab benar

Semakin tinggi indeks daya pembeda soal berarti semakin mampu soal yang bersangkutan membedakan siswa yang sudah memahami dan belum memahami materi (Arikunto, 2013: 210). Kriteria daya beda suatu item soal dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Kriteria Tingkat Daya Pembeda Item Soal

Daya Pembeda Item	Keterangan
0 – 0,20	item soal memiliki daya pembeda lemah
0,21 – 0,40	item soal memiliki daya pembeda sedang
0,41 – 0,70	item soal memiliki daya pembeda baik
0,71 – 1,00	item soal memiliki daya pembeda sangat kuat
Bertanda Negatif	item soal memiliki daya pembeda sangat jelek

(Sumber: Arikunto, 2013: 210)

Hasil analisis daya beda butir instrumen, disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Analisis Daya Beda

Daya Beda	Kategori	f	Persentase
0 – 0,20	Lemah	0	0%
0,21 – 0,40	Sedang	13	39%
0,41 – 0,70	Baik	20	61%
0,71 – 1,00	Sangat Kuat	0	0%
Total		33	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa daya beda butir instrumen berada pada kategori “lemah” sebesar 0% (0 butir), “sedang” sebesar 39% (13 butir), “baik” sebesar 61% (20 butir), dan “sangat kuat” sebesar 0% (0 butir).

3. Efektivitas Pengecoh (*Distraction*)

Analisis butir soal juga sangat memperhatikan pengecoh. Butir soal yang baik, pengecohnya akan dipilih merata oleh peserta tes yang menjawab salah. Sebaliknya, butir soal yang kurang baik, pengecohnya akan dipilih secara tidak merata. Pengecoh (*distraktor*) juga dikenal sebagai penyesat atau penggoda. Pengecoh bukan hanya pelengkap pilihan, melainkan untuk menyesatkan peserta didik yang kurang begitu memahami pelajaran yang dipilihnya.

Menurut Sudijono (2015: 411) mengungkapkan bahwa pengecoh telah dapat menjalankan fungsinya dengan baik apabila pengecoh tersebut telah dipilih sekurang-kurangnya 5% dari seluruh peserta tes. Kemudian Arifin (2016: 279) menyebutkan pada soal dalam bentuk pilihan ganda ada alternatif jawaban (opsi) yang merupakan bentuk pengecoh.

Berdasarkan pemaparan para ahli, maka efektivitas pengecoh adalah seberapa baik pilihan yang salah dapat mengecoh peserta tes yang memang tidak mengetahui kunci jawaban yang tersedia. Semakin banyak peserta tes yang

memilih pengecoh tersebut, maka pengecoh tersebut dapat menjalankan fungsinya dengan baik. Butir soal yang baik pengecohnya akan dipilih secara merata oleh peserta tes yang menjawab salah. Sebaliknya, soal yang kurang baik pengecohnya akan dipilih tidak merata. Indeks pengecoh dihitung dengan menggunakan rumus (Arifin, 2016: 270), yaitu:

$$IP = \frac{P}{(N - B)/(n - 1)} \times 100\%$$

Keterangan:

IP : Indeks pengecoh

P : Jumlah peserta tes yang memilih pengecoh

N : Jumlah peserta tes yang ikut tes

B : Jumlah peserta tes yang menjawab benar

n : Jumlah alternatif jawaban

Tabel 9. Hasil Analisis Efektivitas Pengecoh (Distraction)

No	Kategori	No. Soal	Jumlah	Persentase
1.	Berfungsi	1,2,3,4,5,6,7,8,9,11,12,13,14,16,20,21,25,26,28,29,30,32,33	23	70%
2.	Tidak Berfungsi	10,15,17,18,19,22,23,24,27,31	10	30%
Total			33	100%

Hasil analisis di atas menunjukkan bahwa dari 33 soal terdapat 70% (23 soal) “Berfungsi” dan 30% (10 soal) tidak berfungsi.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan data statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data. Analisis tersebut untuk mengetahui seberapa tinggi pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri Se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Sumatera selatan.

Menurut Azwar (2016: 147) kategorisasi adalah menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kategori bermacam-macam jenisnya seperti, tidak baik hingga sangat baik dari tidak berperan hingga sangat berperan dan sangat rendah ke sangat tinggi. Kategori juga memiliki perbedaan bermacam jenjang ada yang dua, tiga, empat hingga lima. Dari sumber di atas penelitian ini akan menggunakan kategori sangat rendah hingga sangat tinggi dengan 5 jumlah jenjang. Berikut adalah tampilan tabel norma kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 10. Norma Pengkategorian

Interval	Kategori
$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Sumber: Azwar (2016 : 148)

Keterangan:

M : Nilai Rata-rata (*Mean*)

SD: Standar Deviasi

X : Skor

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk persentase. Menurut Sugiyono (2016) rumus untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

p : angka persentase

f : jumlah frekuensi jawaban

n : jumlah responden

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SD negeri se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Provinsi Sumatera selatan, yang berlangsung pada tanggal 21 Mei – 30 Mei 2023. Subjek dalam penelitian ini yaitu guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan yang berjumlah 26 guru. Deskripsi data hasil penelitian diungkapkan dengan 33 soal pilihan ganda, dengan 3 Faktor yaitu, faktor hakikat cedera, faktor pencegahan cedera dan perawatan cedera. Tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera dideskripsikan berdasarkan hasil jawaban guru melalui angket yang telah teruji validitas dan reabilitas.

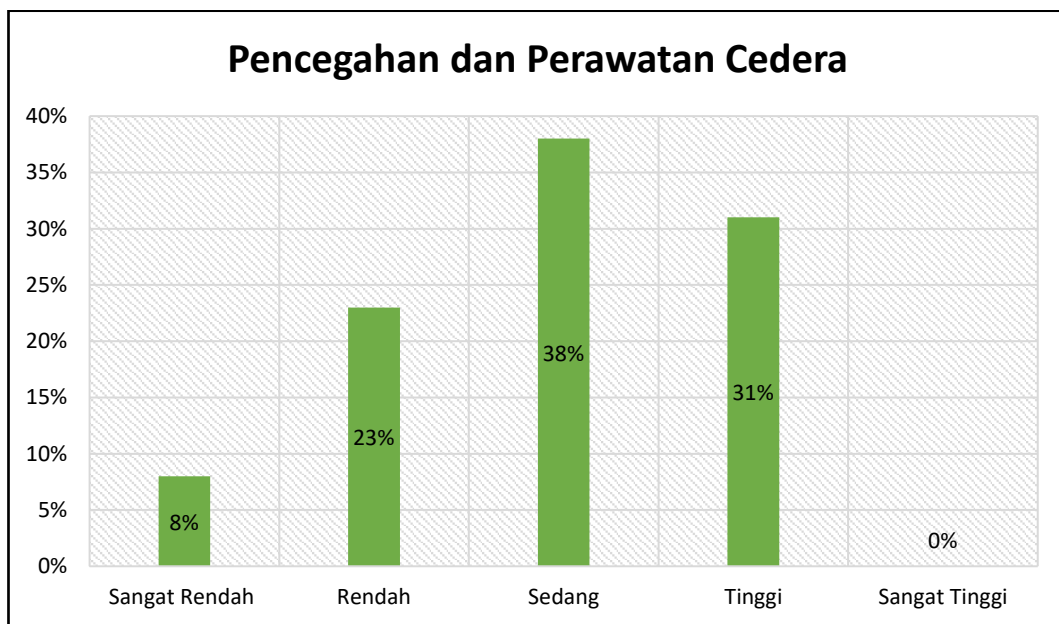
Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan Teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan bantuan Microsoft Excel. Dari analisis data pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan tentang pencegahan dan perawatan cedera diperoleh rata-rata 21,5 dan standar deviasi 6,56.

Jika dilihat dalam bentuk distribusi frekuensi, maka hasil data pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan tentang pencegahan dan perawatan cedera adalah sebagai berikut :

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$31,34 < x$	0	0%
2	Tinggi	24,78 - 31,33	8	31%
3	Sedang	18,21 - 24,77	10	38%
4	Rendah	11,65 - 18,20	6	23%
5	Sangat Rendah	$X \leq 11,64$	2	8%
Jumlah			26	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera yaitu sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Pemahaman Guru PJOK SD negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung Kab Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 31% (8 guru), kategori “sedang” 38% (10

Guru), Kategori “rendah” 23% (6 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru). Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan termasuk dalam kategori sedang.

Rincian mengenai pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera terbagi dalam tiga faktor, yaitu yaitu; (1) hakikat cedera, (2) pencegahan cedera, dan (3) perawatan cedera adalah sebagai berikut:

1. Faktor Cedera

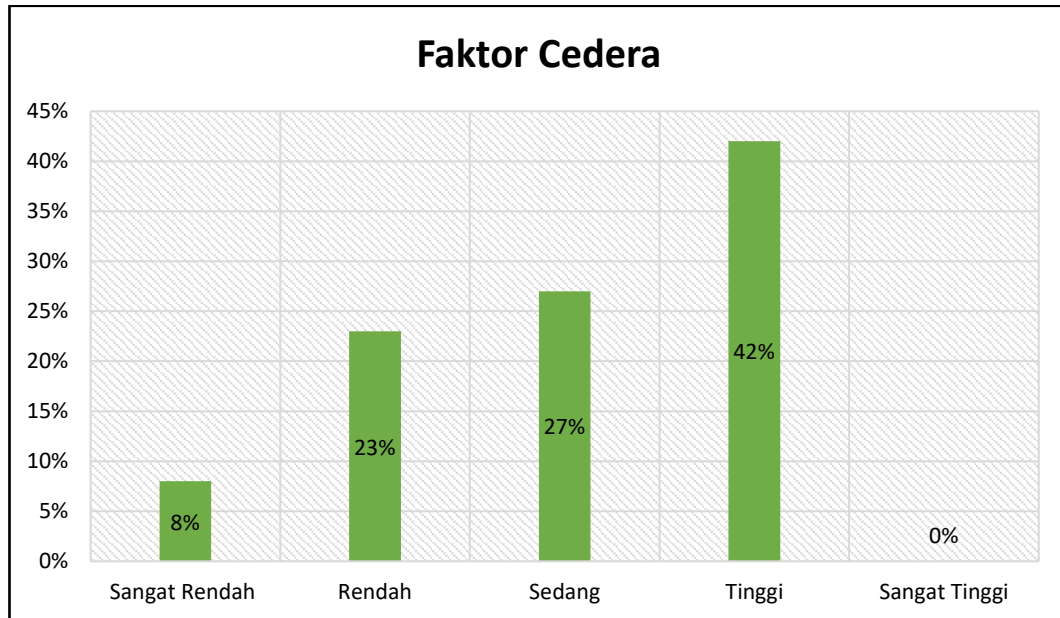
Pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor hakikat cedera menghasilkan rata-rata 8,03 dan standar deviasi 2,89. Adapun tabel distribusi pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor hakikat cedera, sebagai berikut:

Tabel 12. Disribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Hakikat Cedera

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$12,37 < x$	0	0%
2	Tinggi	9,48 - 12,36	11	42%
3	Sedang	6,59 - 9,47	7	27%
4	Rendah	3,7 - 6,58	6	23%
5	Sangat Rendah	$X \leq 3,6$	2	8%
Jumlah			26	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung

Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor hakikat cedera, sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Hakikat Cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor hakikat cedera berada dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 42% (11 guru), kategori “sedang” 27% (7 Guru), Kategori “rendah” 23% (6 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru). Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor hakikat cedera termasuk dalam kategori tinggi.

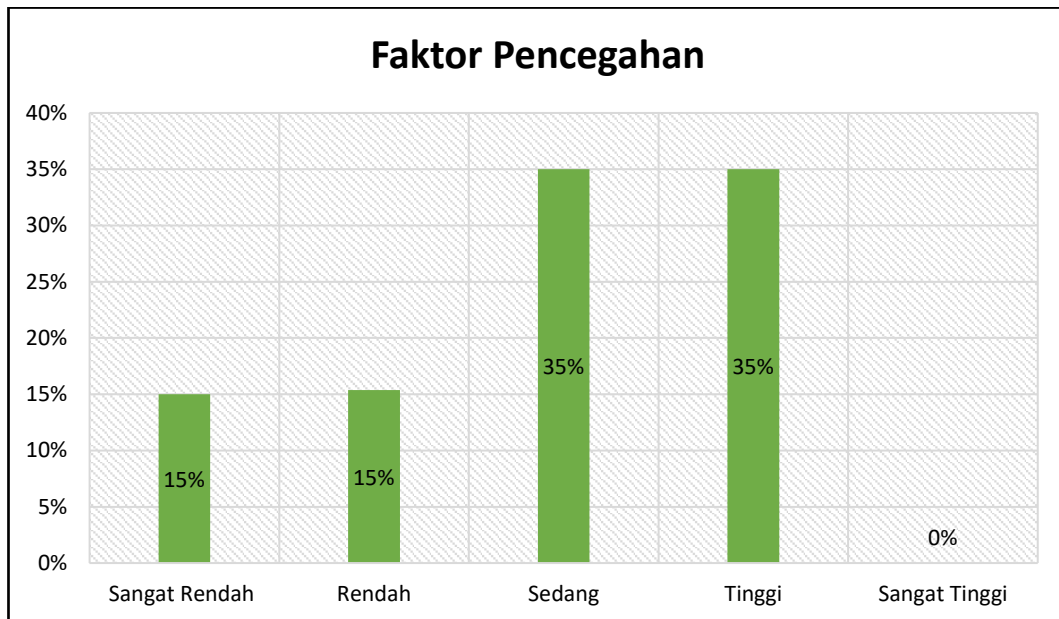
2. Faktor Pencegahan Cedera

Pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor pencegahan cedera menghasilkan rata-rata 6,26 dan standar deviasi 2,03. Adapun tabel distribusi pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor pencegahan cedera, sebagai berikut:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman guru PJOK SD negeri se-Kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$9,31 < x$	0	0%
2	Tinggi	7,28 - 9,30	9	35%
3	Sedang	5,25 - 7,27	9	35%
4	Rendah	3,22 - 5,24	4	15%
5	Sangat Rendah	$X \leq 3,21$	4	15%
Jumlah			26	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor pencegahan cedera, sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera

Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor pencegahan cedera berada dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 35% (9 guru), kategori “sedang” 35% (9 Guru), Kategori “rendah” 15% (4 Guru), kategori “sangat rendah” 15% (4 guru). Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor pencegahan cedera termasuk dalam kategori tinggi dan sedang.

3. Faktor Perawatan Cedera

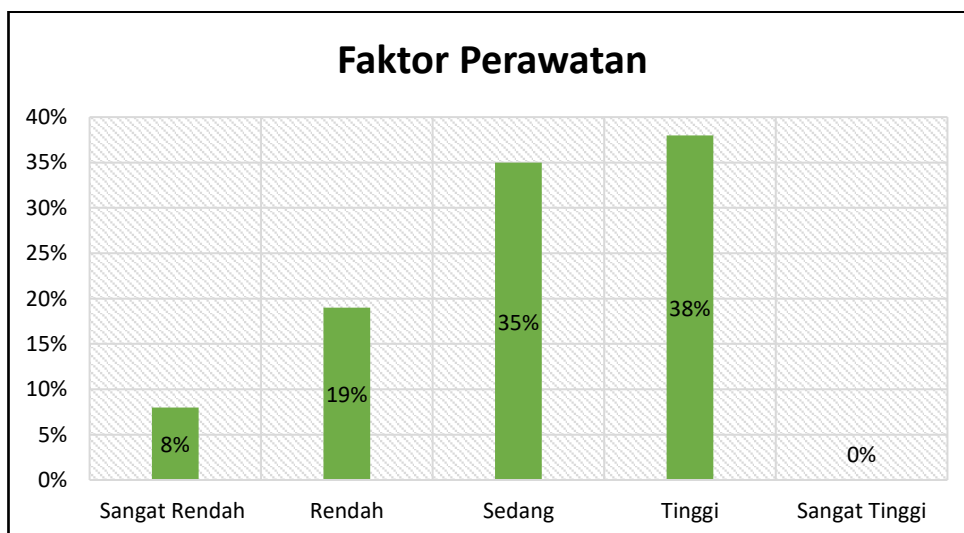
Pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor perawatan cedera menghasilkan rata-rata 7,19 dan standar deviasi 2,54.

Adapun tabel distribusi pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor perawatan cedera, sebagai berikut:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Pemahaman guru PJOK SD Negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Tinggi	$11,01 < x$	0	0%
2	Tinggi	8,46 - 11,00	10	38%
3	Sedang	5,91 - 8,45	9	35%
4	Rendah	3,37 - 5,90	5	19%
5	Sangat Rendah	$X \leq 3,36$	2	8%
Jumlah			26	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor perawatan cedera, sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Pemahaman guru PJOK SD Negeri se-kecamatan Betung terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor perawatan cedera berada dalam kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 38% (10 guru), kategori “sedang” 35% (9 Guru), Kategori “rendah” 19% (5 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru). Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berdasarkan faktor perawatan cedera termasuk dalam kategori tinggi.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan yang terbagi dalam tiga faktor, yaitu: (1) hakikat cedera, (2) pencegahan cedera, dan (3) perawatan cedera.

Berdasarkan data yang diperoleh diketahui pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 31% (8 guru), kategori “sedang” 38% (10 Guru), Kategori “rendah” 23% (6 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru). Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan data tersebut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan, yaitu: (1) latar belakang pendidikan guru pendidikan jasmani, (2) kemauan guru pendidikan jasmani untuk memperdalam ilmu PPC.

Dengan sampel sejumlah 26 guru PJOK dari 27 sekolah negeri se-kecamatan Betung. Terdapat salah satu sekolah yang tidak mempunyai guru PJOK dan telah mengalami kekosongan tenaga pendidik dikarenakan guru PJOK telah dipindah tugaskan ke sekolah menengah pertama yang berada di daerah kecamatan Betung. Untuk itu peneliti mendapatkan sampel berjumlah 26 guru PJOK SD negeri Se-Kecamatan Betung, Dengan rincian latar belakang pendidikan 18 Guru dengan lulusan S1 Pendidikan Olahraga, 4 Guru lulusan S1 PGSD, 1 guru lulusan S1 bimbingan konseling, 1 guru lulusan S1 Bahasa Inggris, dan 2 guru lulusan SMA/MA dengan jurusan IPA dan keagamaan. Data yang dikumpulkan peneliti di lapangan dibuktikan terdapat kategori “rendah” 23% (6 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru) dalam pemahaman terhadap pencegahan dan perawatan cedera. Terdapat delapan guru yang termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah merupakan guru yang mempunyai latar belakang pendidikan lulusan selain PJOK.

Berdasarkan fakta di lapangan yang ditemukan terdapat guru yang masih melupakan materi pencegahan dan perawatan cedera yang dipelajari pada saat menempuh perguruan tinggi jurusan PJOK dan selain itu tenaga pendidik yang tidak pernah menempuh pendidikan perguruan tinggi PJOK tidak berusaha untuk

memperdalam pengetahuan mengenai pencegahan dan perawatan cedera. Hal tersebut ditemukan fakta bahwasannya guru PJOK yang tidak lulusan S1 PJOK yang sedang mengajar di SD negeri se-kecamatan Betung juga sedang menempuh studi perguruan tinggi di Universitas Terbuka daerah Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan dan mengambil jurusan bukan PJOK melainkan mengambil jurusan PGSD. Dari pernyataan tersebut peneliti menyimpulkan bahwasannya dari pihak sekolah dan guru PJOK belum mempunyai kemauan untuk memperdalam ilmu pencegahan dan perawatan cedera, yang dalam hal ini materi tersebut difokuskan dalam mata kuliah jurusan PJOK.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, dapat dideskripsikan pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan berada pada kategori “sangat tinggi” sebesar 0% (0 guru), kategori “tinggi” 31% (8 guru), kategori “sedang” 38% (10 Guru), Kategori “rendah” 23% (6 Guru), kategori “sangat rendah” 8% (2 guru). Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD negeri se-kecamatan Betung kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan termasuk dalam kategori sedang.

B. Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah dapat memberikan masukan bagi pihak sekolah khususnya guru pendidikan jasmani dan kesehatan agar bisa mengenali terjadinya cedera sedini mungkin atau mampu menangani cedera yang terjadi, dan guru memiliki gambaran tentang cedera yang terjadi, sehingga mengetahui bagaimana mengantisipasi dan mengupayakan pengurangan cedera dan melakukan perawatan maupun pertolongan pertama pada saat terjadi cedera.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini sudah dilaksanakan dengan maksimal, dengan melewati tahap-tahap sistematis sebuah penelitian. Akan tetapi peneliti memiliki keterbatasan yaitu, mengetahui kesungguhan responden dalam mengisi angket yang diberikan peneliti karena sebagian responden dengan latar belakang pendidikan jasmani terdapat fakta

dilapangan masih ada yang tidak mengingat materi pencegahan dan perawatan cedera pada saat menempuh perkuliahan, sehingga ada sebagian guru mencari jawaban di internet.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi guru, diharapkan untuk meningkatkan pemahaman tentang pencegahan dan perawatan cedera agar pada saat melaksanakan kegiatan belajar mengajar pembelajaran olahraga tidak terjadi hal-hal yang tidak diharapkan sehingga pembelajaran berlangsung dengan baik sesuai yang diharapkan.
2. Bagi pihak sekolah, diharapkan untuk menyadari bahwa pencegahan dan perawatan cedera sangat penting bagi seluruh warga sekolah terutama bagi guru PJOK sehingga pada saat terjadi hal yang tidak diinginkan terutama cedera yang terjadi dilingkungan sekolah dapat diatasi oleh warga sekolah itu sendiri terutama ditangani oleh guru PJOK.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, M. (2018). *Menjadi guru profesional*. Prenada Media.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____ (2013). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan* Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Arifin, Z. (2016) *Evaluasi Pembelajaran (Prinsip Teknik dan Prosedur)* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Assegaf, A. M. P. (2020). *Pemberian Ekstrak Daun Binahong Secara Topikal Terhadap Proses Penyembuhan Luka LASERASI* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bhardwaj, S (2013) "common sports injuries anda their management," *Internasional Journal of informative and futuristic Research (IJIFR)*, 1(3), pp. 46-55
- Budayati, E. S. (2009). Pentingnya Kebugaran Jasmanibagi Guru Profesional. *MEDIKORA: Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga*, (2).
- Departemen Pendidikan Nasional. (2004). *Standar kompetensi guru pemula program studi pendidikan jasmani jenjang S1*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Djamarah, S., b., , *Strategi Belajar Mengajar* (Banjarmasin: Rineka Cipta,2010), hal. 41
- Eritriana, R. E., Rosiana, A. H., Tantri, Y., & Ekayamti, E. (2019). Efektivitas Ekstrak Daun Lamtoro (*Leucaena leucocephala* L) sebagai Alternatif Penyembuhan Luka Abrasi. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice"*), 10(4), 290-294.
- Ernawati, W., & Sriawan, S. (2018). Tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang cedera olahraga, pencegahan dan perawatan cedera di sd negeri beji kecamatan wates, kabupaten kulon progo. *PGSD Penjaskes*, 7(7).
- Ismunandar, H. (2020). Cedera Olahraga pada Anak dan Pencegahannya. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1), 34-44.
- Ilham, I., Iqroni, D., & Setiawan, I. B. (2021). Kinesio Taping PadaRehabilitasi Cedera Olahraga Bulu Tangkis. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i1.544>
- Meikahani, R., & Kriswanto, E. S. (2015). Pengembangan buku saku pengenalan pertolongan dan perawatan cedera olahraga untuk siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(1).

- Mahartha, G. R. A., Maliawan, S., Kawiyana, K. S., & Sanglah, S. U. P. (2013). Manajemen Fraktur Pada Trauma Muskuloskeletal. *Bali: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*.
- Nurchahyo, F. (2010). Pencegahan cedera dalam sepak bola. *Medikora*, (1).
- Nasional, D. P. (2005). Undang-undang nomor 14 tahun 2005, tentang guru dan dosen. *Jakarta: Depdiknas*.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 16 Tahun 2007 Tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Guru.
- Rudianto, Simson Sinuhaji (2018). Pengaruh Transverse Friction Terhadap Skala Nyeri Pada Kasus Tennis Elbow Di Rsu Sembiring Deli Tua. *Jurnal Keperawatan & Fisioterapi (JKF) Vol. 1 No.1 Edisi Mei-Oktober 2018*.file:///C:/Users/User/Downloads/105-Article%20Text-258-2-10-20181016.pdfdiambil pada tanggal 29 Maret 2023.
- Sarana, Lita, dkk. 2009. *Pedoman Pertolongan Pertama*. Jakarta: Markas Palang Merah Indonesia. <http://ksrpmi.student.uny.ac.id/penanganan-luka-tusuk/>
- Salim, A. T., & Saputra, A. W. (2021). Efektivitas penggunaan intervensi fisioterapi terapi latihan dan infrared pada kasus dislokasi sendi bahu. *Indonesian Journal of Health Science*, 1(1), 20-30.
- Sara, E. (2019). *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Turf Toe* (Doctoral dissertation, Universitas Kristen Indonesia).
- Sari, S. (2016). Mengatasi DOMS setelah olahraga. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 7(1), 97-107
- Slameto, Belajar & Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta. 1991. <http://repository.uinsu.ac.id/4632/4/BAB%20II.pdf>
- Susanto, H. A. (2015). *Pemahaman pemecahan masalah berdasar gaya kognitif*. Deepublish.
- Sudijono, Anas. (2009).Pengantar Evaluasi Pendidikan.Jakarta: Rajawali Press.
- _____ (2015). Pengantar Evaluasi Pendidikan. Jakarta : Rajawali Pers.
- Susanto, Ahmad. (2013). Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar. Jakarta: Kencana Prenamedia Group.
- Sudaryono. 2017. *Metodologi Penelitian*. Depok: Raja Grafindo Persada
- Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: IKAPI
- Taufik, M. S., Iskandar, T., & Sungkawa, M. G. G. (2020). *Manajemen Penjas*. Penerbit Adab.

- Tilaar, N. A., Mallo, J. F., & Tomuka, D. (2020). Gambaran Perubahan Luka Memar pada Suku Minahasa. *e-CliniC*, 8(1).
- Theinsen,D; Malisoux, L; Urhausen, A.(2014) “Injuries in Youth Sports: Epidemiology, Risk Factors and Prevention,” *Jahrgang*, 65(9), pp. 248-252. Doi: 10.5960/dzsm.2014.137.
- Undang Undang No. 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen
- Videbæk, S., Bueno, A. M., Nielsen, R. O., & Rasmussen, S. (2015). Incidence of Running-Related Injuries Per 1000 h of running in Different Types of Runners: A Systematic Review and Meta-Analysis. In *Sports Medicine* (Vol. 45, Issue 7). <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0333->
- Widhiyanti, K. A. T. (2018). *Pencegahan dan perawatan cedera olahraga*. Yogyakarta. Pustaka Panasea.
- World Health Organization (WHO). (2014). Injuries and violence the facts. Diperoleh pada tanggal 30 maret 2023 dari [http://who.int/violence_injury_prevention/key_facts/VIP_keyfacts.pdf? ua](http://who.int/violence_injury_prevention/key_facts/VIP_keyfacts.pdf?ua)
- Wulandari, S., I., (2022). Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Luka Bakar Dan Gigitan Hewan. *Keperawatan Bencana dan Kegawatdaruratan (Teori dan Penerapan)*, 393.
- Yusni. (2019). *Cedera Olahraga*. Aceh: Syiah Kuala University Press

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu bimbingan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR

Kampus Karangmalang, Yogyakarta 55281. Telepon (0274) 565411, Faksimile (0274) 548203

FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa : ANNISA
 Dosen Pembimbing : Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
 NIM : 19604221010
 Program studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
 Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Guru Pjok Terhadap Pencegahan Dan Perawatan Cedera Di SD Negeri Se-Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi Sumatera Selatan

No	Hari/Tanggal	Materi bimbingan	Paraf Dosen
1	13 Februari 2023	Revisi latar belakang Bab 1	
2	22 Februari 2023	Revisi kajian Pustaka Bab 2	
3	15 Maret 2023	Revisi metode penelitian Bab 3	
4	27 Maret 2023	Revisi tata tulis Bab 1, Bab 2 dan Bab 3	
5	4 April 2023	Konsultasi instrumen penelitian	
6	10 April 2023	Konsultasi instrumen penelitian	
7	18 April 2023	Acc instrumen penelitian	
8	11 Mei 2023	Konsultasi metode penelitian Bab 4	
9	17 Mei 2023	Konsultasi pengambilan data penelitian Bab 4	
10	5 Juli 2023	Revisi Bab 4 dan Bab 5	
11	10 Juli 2023	Acc ujian	

Mengetahui,
 Koordinator Program Studi,

Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes.
 NIP: T96707011994121001

Yogyakarta, 10. 07. 2023
 Mahasiswa,

Annisa
 NIM. 19604221010

Lampiran 2. Surat izin penelitian

JRAT IZIN PENELITIAN	about:blan
	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092 Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id
Nomor : B/1144/UN34.16/PT.01.04/2023	11 Mei 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal	
Hal : Izin Penelitian	
Yth. . .	
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:	
Nama	: Annisa
NIM	: 19604221010
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuwasin, Provinsi Sumatera selatan
Waktu Penelitian	: 14 Mei - 1 Juli 2023
Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.	
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.	
	 Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni, Dr. Guntur, M.Pd. NIP 19810926 200604 1 001
Tembusan :	
1. Kepala Layanan Administrasi;	
2. Mahasiswa yang bersangkutan.	

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 1 BETUNG KECAMATAN BETUNG NPSN : 10644701 NSS: 1011107644701 TERAKREDITASI B Alamat : Jln. Palembang - Betung Km. 61 Desa Lubuk Karet Karet Kec. Betung email : sdn1betung@gmail.com Kab. Banyuasin Kode Pos 30758	
<hr/> SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/93/SDN1BTG/LK/2023 <hr/>		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 1 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :</p>		
Nama	:	ANNISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.		
Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul " Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan" Pada tanggal 29 Mei 2023.		
Demikian surat keterangan ini diberikan untk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.		
<p>Lubuk Karet, 29 Mei 2023 Kepala Sekolah  ROSMEDIANTY, S.Pd.,M.Si NIP. 19710503 200103 2 001</p>		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SDN 2 BETUNG
KECAMATAN BETUNG**



NPSN 10602656 NSS 101110702656 TERAKREDITASI B

Alamat : Jln. Tabuan Desa Bukit Kecamatan Betung Kode Pos 30958
Email : sdbetung@gmail.com Website : <http://sdn2btg.sch.id>

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.2/067/SDN2BTG/BKT/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 2 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 25 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Betung, 25 Mei 2023

Kepala Sekolah,



ERMITA, S. Pd

NIP. 19690224 198903 2 003

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN**
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SDN 3 BETUNG
KECAMATAN BETUNG
NPSN 10600162 NSS 10602512 TERAKREDITASI B
Alamat : Jln. Komplek PTPN 7 Tebenan Desa Suka Mulya Kec. Betung Kab. Banyuwangi Kode Pos 30958

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.2/03/SDN3/BTG/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 3 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuwangi, Provinsi Sumatera Selatan.

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuwangi, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 27 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Betung, 27 Mei 2023
Kepala Sekolah,




Rubiah S.Pd
NIP. 196512231988032003





Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 4 BETUNG KECAMATAN BETUNG NPSN : 10602684 NSS : 101110702684 TERAKREDITASI B Alamat : Jln. Palembang-Betung Km. 64 Desa Lubuk Karet Kecamatan Betung Kode Pos : 30958 email : sdn4betung@gmail.com website : sdn4btg.sch.id	
SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/138/SDN4BTG/BKT/2023		
Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 4 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:		
Nama	: ANNISA	
NIM	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1	
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta	
Judul Penelitian:	Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.	
Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 29 Mei 2023.		
Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.		
		 Lubuk Karet, 29 Mei 2023 Kepala Sekolah NIYANI, S.Pd. NIP. 19670602 199109 2 001

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 5 BETUNG	
NPSN : 10602655		NSS. 101110702655
Alamat : Jln. Palembang-Betung Lrg. Mat Roib Kel. Rimba Asam Kec. Betung Kab. Banyuasin 30958 email: sdnlimabetung@gmail.com		website: http://www.sdn5btg.sch.id
<u>SURAT KETRANGAN</u> Nomor : 421/ 068 /SDN 5/ Btg /2023		
Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini Kepala SD Negeri 5 Betung, Menerangkan dengan Sebenarnya Bahwa :		
Nama	:	ANNISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	:	Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan Dan Perawatan Cedera Di Kecamatan Betung,Kabupaten Banyuasin,Provinsi Sumatera Selatan
Memang Benar Telah Melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data Dan Penelitian Dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan Dan Perawatan Cedera Di Kecamatan Betung,Kabupaten,Provinsi Sumatera Selatan”Pada Tanggal 23 Mei 2023.		
Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.		
Betung 23 Mei 2023 Kepala Sekolah  RUPIN,S.Pd.SD.,M.Pd NIP.19630807 1988042004		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 6 BETUNG KECAMATAN BETUNG NPSN 10602643 NSS 101110702643 Alamat : Jln. Palembang – Sekayu KM 68 Desa Suka Mulya 30758	
---	---	---


SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.2/ 38 /SDN6/BTG/2023


Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 6 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.





Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul "Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan" pada tanggal 27 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Betung, 27 Mei 2023
Plt. Kepala Sekolah,

MUNJIATI, S.Pd.I
NIP. 19650922 199010 2001



Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 7 BETUNG	
NPSN : 10602702		TERAKREDITASI : B
Email : sdntujuhbetungs@yahoo.com		
Jl. Tabuan Desa Sri Kembang, Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Tlp. 085382080860. Tahun Berdiri 1976 Kode Pos. 30758		
<u>SURAT PERNYATAAN</u>		
Nonor	: 421.2/ 064 /SDN7BTG/DISDIKBUD/2023	
Perihal	: <u>Balasan Permohonan Izin Penelitian</u>	
Kepada Yth.		
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan		
Universitas Negeri Yogyakarta		
Di Tempat		
Dengan hormat,		
Sehubungan dengan surat saudara pada tanggal 11 Mei 2023, perihal perizinan tempat penelitian dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa atas nama Annisa dengan judul, " Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan ".		
Perlu kami sampaikan beberapa hal sebagai berikut :		
1. Pada prinsipnya kami tidak keberatan dan dapat mengizinkan pelaksanaan penelitian tersebut di tempat kami		
2. Izin melakukan penelitian diberikan semata-mata untuk keperluan akademik		
3. Waktu pengambilan data dilakukan selama tanggal ditetapkan		
Demikian surat balasan dari kami.		
Kepala Sekolah Dasar Negeri 7 Betung		
 		
ENDAH PALUPI, S.Pd.SD NIP.19850605 201101 2 003.		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	<p style="text-align: center;">PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 8 BETUNG KECAMATAN BETUNG NPSN : 10602388 TERAKREDITASI B Alamat : Jln. Kerio Salim Desa Pulau Rajak Kecamatan Betung Kode Pos 30758</p>	
SURAT KETERANGAN NOMOR : 421/ 89 /SDN8BTG/2023		
Yang bertanda tangan dibawah Kepala Sekolah SDN 8 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahawa :		
Nama	: ANNISA	
NIM	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1	
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta	
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin,	
	Provinsis Sumatra Selatan.	
Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan judul “ Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatra Selatan” Pada tanggal 29 Mei 2023.		
Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.		
Betung, 29 Mei 2023		
		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN SD NEGERI 9 BETUNG KECAMATAN BETUNG	
NPSN : 10602397 NSS : 101110702397 Akreditasi: B		
Alamat : Jalan Taja Raya II Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin (30958)		
email: sdn9betung@gmail.com website: http://www.sdn9btg.sch.id		

SURAT KETERANGAN
No : 421 /037/ SDN 9 BTG/Disdikbud /Betung /2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SDN Negeri 9 betung, Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama	: ANNISA
NIM	: 19604221010
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi sumatera selatan



Memang benar telah melaksanakan kegiatan pengambilan data dan penelitian dengan judul "*Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Provinsi sumatera selatan*" pada tanggal 24 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.



Taja Raya II, 24 Mei 2023
Kepala Sekolah
[Signature]
HAYATUN, S.Pd
NIP. 196602011994052001

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

 **PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN**
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SD NEGERI 10 BETUNG
KECAMATAN BETUNG 

NPSN : 10602398 AKREDITASI : A NSS : 101110702398
Alamat : Jl. Simpang Pancur Dusun 1 Desa Taja Raya 1 Kecamatan Betung (30758)
Email: sdn10betung.banyuwangi@gmail.com website: sdn10btg.sch.id

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 421.2/80/SDN10/BTG/V/2023


Yang Bertanda tangan dibawah ini, kepala SD NEGERI 10 BETUNG menerangkan bahwa :


Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung Kabupaten Banyuwangi Propinsi Sumatera Selatan

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul ” Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung Kabupaten Banyuwangi Propinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 24 Mei 2023.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Taja Raya 1, 24 Mei 2023
Kepala SDN 10 Betung


ROHANI, S.Pd
NIP. 19690514 199803 2 002



Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SDN 12 BETUNG
KECAMATAN BETUNG
NPSN : 10602929 NSS: 101110702929
Alamat: Jalan Palembang – Jambi KM.68 Betung-Banyuasin 30758



SURAT KETERANGAN

Nomor: 421/ 083 /SDN.12/BTG/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri 12 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

N a m a : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan
cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera
Selatan

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul
“Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan
Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 22 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Betung, 22 Mei 2023




Kepala Sekolah



ALYEN, S.Pd., M.Si

NIP. 19690306 200103 1 001

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SD NEGERI 13 BETUNG	
NPSN : 10602714 TERAKREDITASI : C NSS : 101110602714 Alamat : Jalan Sekolahan Dusun II Desa Taja Mulya Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Kode : 30958		
<hr/>		
<u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor : 421/052/SDN.13/BTG/TM/V/2023		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 13 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :</p>		
Nama	: ANNISA	
NIM	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar- S1	
Universitas	: Universitas Neheri Yogyakarta	
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan	
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 24 Mei 2023</p>		
<p>Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>24 Mei 2023 Kepala Sekolah</p>  <p>CEKMAS HAIRULLAH, S.Pd.SD NIP. 19640830199103 1 003</p>		




Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	<p>PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 14 BETUNG KECAMATAN BETUNG</p> <p>NPSN : 10602897 NSS : 101110702897 TERAKREDITASI "B" Alamat : Jln. Pasirah Dul Kurdi Lk. II Bangun Rejo Kecamatan Betung Kode Pos : 30758 email : sekolahdasarnegeri14betung@gmail.com website : http://sdn14btg.sch.id</p>	
<hr/>		
<p>SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/81/SDN14BTG/2023</p>		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 14 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:</p>		
Nama	: ANNISA	
NIM	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1	
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta	
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.	
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul "Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan" pada tanggal 26 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Betung, 26 Mei 2023 Kepala Sekolah,</p>  <p>FAKHA S.Pd., M.Pd NIP. 19690711 200801 2004</p>		


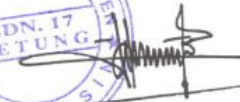
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	<p>PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 15 BETUNG TERAKREDITASI B</p> <p>NPSN : 10602464 NSS: 101110702464 TERAKREDITASI : B Email: sekolahdasarnegeri15betung@gmail.com Website: sdn15btg.sch.id Alamat : Jln.Afdeling 1 PTPN VII Lingk 1 Kel. Rimba Asam Kode Pos 30958 Telp. 081373693247</p>
<p>SURAT KETERANGAN Nomor : 421/93/SDN 15.BTG /RA/2023</p>	
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 15 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:</p>	
Nama	: ANNISA
NIM	: 19604221010
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 22 Mei 2023.</p>	
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>	
<p>Betung, 26 Mei 2023</p>  <p>MARIYAM, S.Pd., M.Pd. NIP. 19710420 199308 2 001</p>	

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	<p>PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SEKOLAH DASAR 16 BETUNG AKREDITASI B NPSN : 10602713 email:sdn.enambelas-betung@gmail.com NSS : 101110702713 Alamat : Jalan Gading Dusun II Desa Taja Indah Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin</p>	
<p>SURAT KETERANGAN Nomor : 421/184/SDN16BTG/TJI/2023</p>		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 16 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:</p>		
Nama	:	ANNISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	:	Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera Di Desa Taja Indah Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera didesa Taja Indah Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 30 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Taja Indah, 30 Mei 2023 Kepala Sekolah,  GUNADI, S.Pd.SD NIP.19650806 198804 1 00</p>		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 17 BETUNG KECAMATAN BETUNG	
NPSN 10602699	NSS 101110702699	TERAKREDITASI B
Alamat : Jln. Palembang-Jambi Km. 73 D2 Desa Bukit Kecamatan Betung Kode Pos 30958 Email : sdntujuhbelasbtg@yahoo.co.id Website : http://sdn17btg.sch.id		
<hr/>		
SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/138/SDN17BTG/BKT/2023		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 17 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:</p>		
Nama	:	ANNISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	:	Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 22 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Betung, 25 Mei 2023 Kepala Sekolah,  MEIDA LISMA, S.Pd.SD NIP. 19700503 199308 2 001</p>		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SDN 18 BETUNG
NPSN: 10644703 NSS: 10111744703 TERAKREDITASI "B"
Alamat : Jln. Palembang – Betung Km.60 Dusun 1 (Sedongkok) Desa Lubuk Karet 30958
Email : betungsdn18@gmail.com website <http://www.sdn18betung.com>

SURAT KETERANGAN

Nomor : 420/41/SDN18BTG/LK/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 18 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.



Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul "Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan" pada tanggal 29 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Betung, 29 Mei 2023
Kepala Sekolah,


SUNARNI, S.Pd.I
NIP. 19671010 198903 2 006

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

 <p style="text-align: center;">PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SEKOLAH MENUJU SNP SDN 19 BETUNG TERAKREDITASI : B KECAMATAN BETUNG</p> <p style="text-align: center;"><small>Email : info@banyuwangi.go.id Web - Site : http://www.banyuwangi.go.id Alamat : Jl. Palembang - Betung Lt. Mat Rosh Kec. Betung - Banyuwangi Kode Pos (30758)</small></p>	
--	---

SURAT PERNYATAAN

Nonor : 421/167/SDN19BETUNG/RA/2023

Perihal : Balasan Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.

Wakil Dekan Bidang Akademik

Universitas Negeri Yogyakarta

di

Tempat

Dengan hormat,


Sehubungan dengan surat saudara pada tanggal 11 Mei 2023, perihal perizinan tempat penelitian dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa atas nama Annisa dengan judul, "Tingkat pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuwangi, Provinsi Sumatera Selatan". Dari tanggal 14 Mei – 1 Juli 2023.

Perlu kami sampaikan beberapa hal sebagai berikut :

1. Pada prinsipnya kami tidak keberatan dan dapat mengizinkan pelaksanaan penelitian tersebut di tempat kami.
2. Izin melakukan penelitian diberikan semata-mata untuk keperluan akademik.





Demikian surat balasan dari kami.

Kepala Sekolah Dasar Negeri 19 Betung




ERMAWATI, M.Pd.
NIP. 19700315 199103 2003

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 20 BETUNG KECAMATAN BETUNG	
NPSN 10602415 NSS 101110702415 TERAKREDITASI B Alamat : Jln. Palembang-Jambi Tabuan Desa Sri Kembang Kecamatan Betung Kode Pos 30958 Email : sekolahdasarnegeri20betung@gmail.com Website : http://sdn20btg.sch.id		
<hr/>		
SURAT KETERANGAN Nomor : 068/SDN20BTG/ Disdikbud/ Betung/ 2023		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 20 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:</p>		
Nama	: ANNISA	
NIM	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1	
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta	
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PjOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.	
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PjOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 26 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Betung, 26 Mei 2023 Kepala Sekolah,</p>  SABARITA, M.Pd. NIP. 197112111996112001		
		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SD NEGERI 21 BETUNG KECAMATAN BETUNG	
<small>Alamat : Desa Taja Mulya, Kec. Betung Kab Banyuasin kode pos : 30958 / NPSN : 10602912 Telp. +62 822-8032-0951</small>		
SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/013/SDN21/BTG/2023		
<p>Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri 21 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :</p>		
N a m a	: ANNISA	
N I M	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1	
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta	
Judul Penelitian	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan	
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 24 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Taja Mulya, 24 Mei 2023 Kepala Sekolah</p>  <p>RAHAYU, S.Pd.SD NIP. 19700621 200801 2 004</p>		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 22 BETUNG**



NPSN : 10602939 NSS : 101110702939

Alamat : Jalan Masjid Darussalam Dusun III Desa Taja Mulya Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin Website : sdn22btg.sch.id email : sdn22betung1@gmail.com Kode Pos 30958

SURAT KETERANGAN

Nomor : 420/ 103 / SDN 22 / BTG / V / 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri 22 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 24 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Taja Mulya, 23 Mei 2023




Kepala Sekolah



ARMA DIANA, S.Pd

NIP. 198111162005012011

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 23 BETUNG	
NPSN : 10602911	NSS. 101110702911	
Email: sdn23betung@gmail.com		
Alamat : Jalan Desa Dusun III Desa Taja Indah Kecamatan Betung Kabupaten Banyuasin 30958		
SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/024/SDN23/BTG/2023		
<p>Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 23 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:</p>		
Nama	:	ANNISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	:	Tingkat Pemahaman Guru PjOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PjOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 30 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Betung, 30 Mei 2023 Kepala Sekolah,</p>   MARYATI, S.Pd.SD., M.Pd NIP. 19820323 200604 2 005		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SEKOLAH DASAR NEGERI 24 BETUNG TERAKREDITASI: B	
Email: sdnduaempatbetung@yahoo.com		website: sdn24betung.sch.id
NPSN: 10644702		NSS : 101110744702
Alamat : Jalan Perjuangan Dusun I Desa Taja Indah Kec.Betung Kab. Banyuasin		Kode Post: 30958

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.1/58/SDN24BTG/TJI/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 24 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : ANNISA
NIM : 19604221010
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian : Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.

Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 30 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Betung, 30 Mei 2023
Kepala Sekolah SDN 24 Betung


RITA HARTATI, S.Pd. SD
NIP: 196508181996062001




Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	<p style="text-align: center;">PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 25 BETUNG</p> <p style="text-align: center;">KECAMATAN BETUNG NPSN 10644699 TERAKREDITASI B <i>Alamat: Jalan Kampung Sawah Kec. Betung Kab. Banyuasin Kode Pos 30958</i></p>	
<p><u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor: 421.1/068/SDN.25/BTG/2023</p>		
<p>Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri 25 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :</p>		
Nama	: ANNISA	
NIM	: 19604221010	
Jurusan	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1	
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta	
Judul Penelitian di	: Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan	
<p>Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul “Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan” pada tanggal 23 Mei 2023.</p>		
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Betung, 23 Mei 2023 Kepala Sekolah  SRI HERAWATI, S.Pd.M.Pd NIP.19680403 198708 2 001</p> 		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATENININ DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 26 BETUNG KECAMATAN BETUNG NPSN : 10602898 NSS : 101110702898 TERAKREDITASI B t : Jln. Palembang-Betung Km. 72 Jati Mulyo Desa Bukit Kecamatan Betung Kode Pos : 30758 email : sdnduapuluhenamstg@yahoo.co.id website : http://sdn26btg.sch.id	
<u>SURAT KETERANGAN</u>		
Nomor : 035 / SDN 26/BTG/BKT/2023		
<p>yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 26 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :</p>		
Nama	:	ANINISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar –S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	:	Tingkat Pemahaman Guru PJOK Terhadap Pencegahan dan Perawatan Cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuwangi, Provinsi Sumatera Selatan" pada tanggal 25 Mei 2023.
<p>Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.</p>		
<p>Beitung, 25 Mei 2023 Kepala Sekolah  Roslin manurung, S.Pd Nip. 196305271988102001</p> 		

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

	<p>PEMERINTAH KABUPATEN BANYUASIN DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SDN 27 BETUNG KECAMATAN BETUNG NPSN 10602937 NSS 101110702937 TERAKREDITASI B Alamat : Jln. Tabuan Desa Bukit Kecamatan Betung Kode Pos 30958 Email : sdn27btg@yahoo.com Website : http://sdn27btg.sch.id</p>	
SURAT KETERANGAN Nomor : 421.2/026/SDN27BTG/BKT/2023		
Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SD Negeri 27 Betung, menerangkan dengan sebenarnya bahwa:		
Nama	:	ANNISA
NIM	:	19604221010
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitian	:	Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan.
Memang benar telah melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data dan Penelitian dengan Judul "Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pencegahan dan Perawatan cedera di Kecamatan Betung, Kabupaten Banyuasin, Provinsi Sumatera Selatan" pada tanggal 25 Mei 2023.		
Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.		
<p>Betung, 25 Mei 2023 Kepala Sekolah,</p>  <p>JAMARI, S.Pd.SD NIP. 19650521 198804 1 001</p>		

Lampiran 4. Daftar Respon Penelitian

Nama	Nama instansi	umur	jenis kelamin	Tingkat pendidikan	Jurusan	pengalaman mengajar
Dawilawati	SD 1 Betung	35	Perempuan	S1	Bahasa Inggris	8 Tahun
Yudha ramang	SD 2 Betung	28	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	7 Tahun
Rendita marsan pratama	SD 3 Betung	27	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	6 Tahun
Syawaludin fitri	SD 4 Betung	25	Laki-laki	S1	pend jasmani	1 Tahun
Muh. Marsyanudin	SD 5 Betung	23	Laki-laki	S1	pend jasmani	3 Tahun
Oki Darma	SD 6 Betung	27	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	2 Tahun
Pabad	SD 7 Betung	54	Laki-laki	S1	Bimbingan Konseling	22 Tahun
Mursal	SD 8 Betung	33	Laki-laki	S1	Pend Olahraga dan Rekreasi	8 tahun
Arsat Suwanto	SD 9 Betung	23	Laki-laki	SMA		2 Tahun
Harnoh	SD 10 Betung	50	Laki-laki	S1	PGSD	21 Tahun
Yedi Efriadi	SD 12 Betung	30	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	6 Tahun
Ary Junate	SD 13 Betung	32	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	
Persada Adi Negara	SD 14 Betung	31	Laki-laki	S1	Olahraga	8 tahun
Jefriansyah	SD 15 Betung	34	Laki-laki	S1	Penjaskes	2 Tahun
Erwinsyah Putra	SD 16 Betung	26	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	
Arsi candra	SD 17 Betung	29	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	3 Tahun
Subha	SD 18 Betung	53	Laki-laki	S1	PGSD	20 Tahun

Arman	SD 19 Betung	35	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	16 Tahun
Syaiful	SD 20 Betung	52	Laki-laki	S1	PJOK	32 Tahun
Eko Saputra	SD 21 Betung	25	Laki-laki	S1	pend jasmani	3 Tahun
Rattika dewi	SD 22 Betung	28	Perempua n	S1	PGSD	8 Tahun
Eko Zurni	SD 23 Betung	32	Laki-laki	MA		3 Tahun
Titik Sandora	SD 24 Betung	32	Perempua n	S1	PGSD	13 Tahun
Alexander	SD 25 Betung	30	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	10 Tahun
Prima Agung Setiawan	SD 26 Betung	30	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	5 Tahun
Chandra	SD 27 Betung	30	Laki-laki	S1	Pend Olahraga	7 Tahun

Lampiran 5.Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENELITIAN TINGKAT PEMAHAMAN GURU PJOK TERHADAP PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA

1. IDENTITAS RESPONDEN

- a. Nama :
- b. Nama Instansi :
- c. Umur :
- d. Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan*
- e. Tingkat pendidikan :
- f. Jurusan :
- g. Pengalaman Mengajar :

2. PETUNJUK PENGISIAN SOAL

- a. Mohon dengan hormat bantuan dan kesediaan bapak/ibu untuk menjawab seluruh pertanyaan yang ada.
- b. Berilah tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang tepat

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

Berilah tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang paling tepat

1. Suatu hal yang tidak disengaja/ tidak direncanakan yang disebabkan oleh faktor tertentu dan mengakibatkan kerugian yang dapat terjadi kapan saja dan dimana saja merupakan
A. **Kecelakaan** C. Keselamatan
B. Ketakutan D. Trauma
2. Suatu kerusakan pada organ tubuh yang terjadi disebabkan dari perbuatan tersendiri terhadap tubuh yang melampaui batas kemampuan tubuh baik disengaja ataupun tidak merupakan pengertian dari
A. Kesakitan C. Kelelahan
B. Cedera olahraga **D. Cedera**
3. Rasa sakit yang ditimbulkan karena olahraga, sehingga dapat menyebabkan cacat, luka dan rusak pada otot atau sendi serta bagian lain adalah pengertian dari
A. Cedera **C. Cedera olahraga**
B. Kecelakaan D. Kelelahan
4. Suatu keadaan yang bebas terhindar dari cedera fisik maupun psikis merupakan....
A. Kecelakaan **C. Keselamatan**
B. Kesengajaan D. Trauma
5. Pengalaman merupakan penyebab terjadinya cedera yang merupakan faktor dari
A. **Individu** C. Cuaca
B. Lingkungan D. Kondisi Tubuh
6. Di bawah ini yang merupakan penyebab terjadinya cedera yang berasal dari dalam yaitu
A. Fasilitas yang buruk C. Alat
B. Kelalaian D. Cuaca yang buruk
7. Berikut ini yang tidak termasuk penyebab terjadinya cedera yang berasal dari luar yaitu
A. Fasilitas yang kurang baik **C. Keterampilan yang kurang**
B. Cuaca yang buruk D. Materi dari guru
8. Berikut ini yang merupakan faktor penyebab terjadinya cedera adalah....
A. Individu C. Cuaca
B. Fasilitas dan alat **D. a, b, c benar semua**
9. Memar adalah cedera yang disebabkan karena
A. Benturan pada kulit C. Retak tulang
B. Terkelupasnya sendi D. Nyeri otot

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

10. Terkelupasnya permukaan kulit akibat pergesekan dengan benda keras dan kasar merupakan luka
A. Lecet C. Kram
B. Terkilir D. Memar
11. Berikut ini yang tidak termasuk kriteria cedera berat adalah
A. Kelelahan pada otot
B. Kerobekan otot hingga putus
C. Rusaknya atau robeknya pembuluh darah
D. Fraktur tulang
12. Strain termasuk cedera yang terjadi pada
A. ligamen C. Tulang
B. Otot tendon D. Sendi
13. Berikut ini yang termasuk cedera berat adalah
A. Memar **C. Patah tulang**
B. Pingsan D. Kram
14. Pencegahan cedera melalui lingkungan, meliputi
A. Menempatkan peralatan sesuai pada tempatnya
B. Memenuhi makanan bergizi
C. Melakukan warming-up
D. Memakai pakaian olahraga lengkap
15. Suatu tindakan untuk mengurangi terjadinya resiko kecelakaan yang akan terjadi merupakan pengertian dari
A. Perawatan **C. Pencegahan**
B. Istirahat D. Dehidrasi
16. Dibawah ini yang dapat mencegah terjadinya cedera olahraga kecuali
A. Mematuhi peraturan permainan C. Memakai sepatu
B. Memakai pakaian olahraga **D. Berlatih sampai lelah**
17. Dibawah ini yang bukan merupakan tanda-tanda tubuh setelah melakukan pemanasan untuk mencegah cedera adalah
A. Denyut jantung meningkat C. Sudah keluar keringat
B. Suhu tubuh meningkat **D. Badan terasa lemas**
18. Pemanasan perlu dilakukan dalam aktivitas olahraga agar
A. Agar tubuh lelah C. Agar lama dalam beraktivitas
B. Mencegah terjadinya cedera D. Agar senang
19. Nutrisi yang baik akan mempunyai manfaat mencegah cedera karena akan membantu proses pemulihan kesegaran seorang atlet atau siswa merupakan pencegahan lewat
A. Pertolongan C. Lingkungan
B. Makanan D. Ketrampilan

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

20. Apa yang dilakukan guru PJOK ketika melihat siswa yang mengalami kelelahan
- A. Tetap melanjutkan pembelajaran
 - B. Mengistirahatkan siswa**
 - C. Siswa tetap mengikuti kegiatan
 - D. Memberikan aktivitas yang lebih
21. Apa yang dilakukan guru ketika terdapat siswa yang mengalami perdarahan?
- A. Membersihkan dengan alkohol
 - B. Mengompres luka dengan air hangat
 - C. Memberikan pernafasan buatan
 - D. Menekan luka dengan kain bersih**
22. Salah satu alasan pemanasan harus dilakukan sebelum proses pembelajaran pendidikan jasmani, kecuali...
- A. Menaikkan suhu tubuh
 - B. Melenturkan otot
 - C. Persiapan fisik dan mental
 - D. Membuat tubuh mudah lelah**
23. Perlakuan yang diberikan guna memberikan pengobatan dalam proses penyembuhan akibat dari tindakan atau akibat dari cedera yang dialami seseorang merupakan pengertian dari
- A. Kesakitan
 - B. Cedera olahraga
 - C. Kelelahan
 - D. Perawatan cedera**
24. Ketika terjadi cedera memar maka apa yang harus dilakukan
- A. Di pijat
 - B. Di beri minyak
 - C. Kompres dengan es**
 - D. Tekan pada bagian cedera
25. Ketika terjadi kram tindakan apa yang dilakukan pertama kali
- A. Membiarkan cedera sampai pulih
 - B. Mengompres dengan air es
 - C. Memberi balsem pada bagian yang mengalami cedera
 - D. Meregangkan otot yang mengalami cedera**
26. RICE merupakan metode untuk perawatan pada cedera
- A. Sprain/strain**
 - B. Pendarahan
 - C. Pingsan
 - D. Luka iris
27. Fungsi dari compression pada cedera yaitu
- A. Mengurangi pendarahan
 - B. Membantu mengurangi pembengkakan dan pendarahan lebih lanjut**
 - C. Mencegah kerusakan jaringan lebih lanjut
 - D. Agar tidak sakit
28. Mengompres es pada cedera sprain ini dilakukan dalam wakt....menit
- A. 5 menit
 - B. 20 menit**
 - C. 45 menit
 - D. 55 menit

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

29. Meletakkan bagian yang cedera berada di atas letak jantung untuk mengurangi kemungkinan terjadinya pembengkakan akibat perdarahan dan peradangan, merupakan pengertian dari...
- A. Elevation** C. Rest
B. Compression D. Tourniquet
30. Pemberian nafas buatan dapat dilakukan dengan cara berikut ini, kecuali
- A. Holger nielsen C. Schafer
B. Mouth to mouth **D. RICE**
31. Pembidaian merupakan pertolongan yang dilakukan pada cedera
- A. Pendarahan C. Dislokasi
B. Patah tulang D. Ankle
32. Penekanan atau balutan guna membantu mengurang pembengkakkan jaringan dan pendarahan lebih lanjut merupakan
- A. Rest **C. Compression**
B. Ice D. Elevation
33. Apa yang dilakukan pertama kali jika seseorang mengalami pingsan
- A. Di siram dengan air
B. Memijat penderita dan mengompres dengan air dingin
C. Memberi balsem pada penderita
D. Baringkan penderita di tempat teduh dan lakukan penanganan

Lampiran 6. Matrik Pembuktian Validitas

Faktor	No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	rHitung	rTabel	VT		
Cedera	Soal 1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0,454592	0,3882	Valid		
	Soal 2	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0,408336	0,3882	Valid		
	Soal 3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0,417733	0,3882	Valid		
	Soal 4	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0,411011	0,3882	Valid		
	Soal 5	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0,412435	0,3882	Valid		
	Soal 6	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0,468169	0,3882	Valid	
	Soal 7	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0,395675	0,3882	Valid	
	Soal 8	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0,403718	0,3882	Valid	
	Soal 9	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0,397535	0,3882	Valid	
	Soal 10	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0,453982	0,3882	Valid	
	Soal 11	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0,45328	0,3882	Valid	
	Soal 12	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0,443636	0,3882	Valid
	Soal 13	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0,429503	0,3882	Valid	
Pencegahan	Soal 14	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0,417404	0,3882	Valid	
	Soal 15	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0,447303	0,3882	Valid	
	Soal 16	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0,471157	0,3882	Valid	
	Soal 17	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0,411422	0,3882	Valid
	Soal 18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0,439666	0,3882	Valid	
	Soal 19	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0,417078	0,3882	Valid	
	Soal 20	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0,388526	0,3882	Valid	
	Soal 21	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0,466878	0,3882	Valid	
	Soal 22	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0,447303	0,3882	Valid	
	Soal 23	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0,411422	0,3882	Valid	
perawatan	Soal 24	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0,430736	0,3882	Valid		
	Soal 25	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0,401476	0,3882	Valid		
	Soal 26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0,401476	0,3882	Valid	
	Soal 27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0,401912	0,3882	Valid	
	Soal 28	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0,454592	0,3882	Valid	
	Soal 29	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0,429503	0,3882	Valid	
	Soal 30	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0,431646	0,3882	Valid	
	Soal 31	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0,468169	0,3882	Valid	
	Soal 32	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0,405305	0,3882	Valid	
	Soal 33	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0,551547	0,3882	Valid	
	Total		12	24	24	29	24	27	13	28	11	15	28	27	24	22	24	29	14	29	27	24	12	10	12	23	23	24				

Lampiran 7. Pembuktian Reliabilitas

Faktor	Nilai acuan	Nilai cronbach's Alpha	N of items	Kesimpulan
Cedera	0,6	0,692545044	13	Reliabel
Pencegahan		0,656284968	9	Reliabel
Perawatan		0,696083551	11	Reliabel

Lampiran 9. Efektivitas Pengecoh (*Distraction*)

No	Pilihan Jawaban				Kesimpulan
	A	B	C	D	
1.	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
2.	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi
3.	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi
4.	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi
5.	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
6.	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Berfungsi
7.	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi
8.	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi
9.	Jawaban	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
10.	Jawaban	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Tidak Berfungsi
11.	Jawaban	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
12.	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
13.	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi
14.	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
15.	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi
16.	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi
17.	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi
18.	Tidak Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi
19.	Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi
20.	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
21.	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi
22.	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi
23.	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi
24.	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi	Tidak Berfungsi
25.	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi
26.	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Tidak Berfungsi	Berfungsi
27.	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Tidak Berfungsi
28.	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
29.	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi
30.	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi
31.	Tidak Berfungsi	Jawaban	Tidak Berfungsi	Berfungsi	Tidak Berfungsi
32.	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi	Berfungsi
33.	Berfungsi	Berfungsi	Berfungsi	Jawaban	Berfungsi

Lampiran 10. Hasil Perhitungan Angket

A. Hasil penelitian keseluruhan (pencegahan dan perawatan cedera)

Rerata	21,5
Min	10
Max	29
Std	6,562012

Kriteria	Aplikasi Rumus	M	21,5	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 31,34$	SD	6,562011887	0	0%
Tinggi	$24,78 < X \leq 31,34$	M + 1,5 SD	31,34301783	8	31%
Sedang	$18,21 < X \leq 24,78$	M + 0,5 SD	24,78100594	10	38%
Rendah	$11,65 < X \leq 18,21$	M - 0,5 SD	18,21899406	6	23%
Sangat Rendah	$X \leq 11,65$	M - 1,5 SD	11,65698217	2	8%
Total				26	100%

B. Hasil Penelitian tiap-tiap Faktor

1. Faktor hakikat cedera

Rerata	8,038462
Min	3
Max	12
Std	2,8911

Kriteria	Aplikasi Rumus	M	8,038461538	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 12,37$	SD	2,891100403	0	0%
Tinggi	$9,48 < X \leq 12,37$	M + 1,5 SD	12,37511214	11	42%
Sedang	$6,59 < X \leq 9,48$	M + 0,5 SD	9,48401174	7	27%
Rendah	$3,7 < X \leq 6,59$	M - 0,5 SD	6,592911337	6	23%
Sangat Rendah	$X \leq 3,7$	M - 1,5 SD	3,701810934	2	8%
Total				26	100%

2. Faktor pencegahan cedera

Rerata	6,269231
Min	2
Max	9
Std	2,030915

Lampiran 10. Hasil Perhitungan Angket

Kriteria	Aplikasi Rumus	M	6,269230769	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 9,31$	SD	2,030914913	0	0%
Tinggi	$7,28 < X \leq 9,31$	M + 1,5 SD	9,315603139	9	35%
Sedang	$5,25 < X \leq 7,28$	M + 0,5 SD	7,284688226	9	35%
Rendah	$3,22 < X \leq 5,25$	M - 0,5 SD	5,253773313	4	15%
Sangat Rendah	$X \leq 3,22$	M - 1,5 SD	3,222858399	4	15%
Total				26	100%

3. Faktor perawatan cedera

Rerata	7,192308
Min	1
Max	11
Std	2,545887

Kriteria	Aplikasi Rumus	M	7,192307692	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 11,01$	SD	2,545886577	0	0%
Tinggi	$8,46 < X \leq 11,01$	M + 1,5 SD	11,01113756	10	38%
Sedang	$5,91 < X \leq 8,46$	M + 0,5 SD	8,465250981	9	35%
Rendah	$3,37 < X \leq 5,91$	M - 0,5 SD	5,919364404	5	19%
Sangat Rendah	$X < 3,37$	M - 1,5 SD	3,373477827	2	8%
Total				26	100%

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian



Gambar 7. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 8. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 9. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian



Gambar 10. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 11. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 12. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian



Gambar 13. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 14. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 15. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian



Gambar 16. Peneliti membagikan instrumen penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 17. Peneliti membagikan instrument penelitian kepada Guru PJOK



Gambar 18. Peneliti membagikan instrument penelitian kepada Guru PJOK

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian



Gambar 19. Peneliti membagikan instrument penelitian kepada Guru PJOK