

# Gambaran kejadian cedera olahraga dan persepsi faktor risiko cedera olahraga di Unit Kegiatan Mahasiswa Bidang Olahraga Universitas Indonesia tahun 2019 = Overview of sports injury cases and perceptions of risk factors for sports injuries in the University of Indonesia Sports Student Activity Unit Year 2019

Taufan Patrianto, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20496231&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Kegiatan berolahraga di Unit Kegiatan Mahasiswa bidang olahraga Universitas Indonesia (UKOR UI) memiliki risiko terhadap keselamatan dan kesehatan anggotanya. Penelitian ini untuk menggambarkan kasus cedera olahraga dan persepsi anggota UKOR UI terhadap faktor risiko cedera olahraga yang terjadi di UKOR UI tahun 2019. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan disain penelitian cross sectional. Pengambilan datanya menggunakan kuesioner dengan teknik accidental sampling. Penelitian ini diikuti oleh 87 responden dari populasi yang terdiri dari 448 orang di 17 cabang olahraga. Rata-rata usia mereka adalah 21,38 tahun. Usia minimumnya 18 tahun dan maksimumnya 30 tahun dan terbanyak adalah laki-laki (74%). 64,4% responden memiliki BMI normal. 58,6% responden memiliki riwayat cedera. Tingkat keparahan cedera sebagian besar pada tingkat ringan dan sedang (78,4%). Lokasi cedera yang paling banyak terjadi pada ekstremitas bawah (64,8%) yaitu pada engkel (31,4%), paha (15,7%) dan lutut (13,7%). Sedangkan menurut kondisi medisnya cedera yang paling besar mengenai ligamen/keseleo sebanyak 64% dan cedera otot (tendon) sebesar 24%. Persepsi responden cenderung setuju bahwa kebugaran tubuh (80%), kurang pemanasan (84%) dan kurang latihan (65%) dan kondisi lapangan (65%) sebagai faktor penyebab terjadinya cedera olahraga di UKOR UI. Hasil penelitian ini menyarankan bahwa pemangku kepentingan olahraga di UI untuk mengkaji risiko cedera olahraga dan mengembangkan SOP aktifitas olahraga di setiap UKOR dan mempromosikan kegiatan olahraga yang bebas cedera kepada mahasiswa UI seperti melakukan latihan olahraga secara rutin dan terjadwal, melakukan pemanasan yang cukup sebelum berolahraga, menjaga kebugaran fisik, dan menggunakan alat pelindung olahraga yang disyaratkan.

<hr>

Sports activities at the University of Indonesias Student Activity Unit (UKOR UI) have risks to the safety and health of its members. This study is to describe sports injury cases and perceptions of UKOR UI members on the risk factors for sports injuries that occurred at UKOR UI in 2019. This research was a quantitative descriptive study with a cross sectional design. The data collection uses a questionnaire with accidental sampling technique. This study was attended by 87 respondents from a population of 448 people in 17 sports. Their average age is 21.38 years. Minimum age is 18 years and maximum is 30 years and most are male (74%). 64.4% of respondents had a normal BMI. 58.6% of respondents had a history of injury. The severity of the injury was mostly at the mild and moderate levels (78.4%). The location of the most injuries occurred in the lower extremities (64.8%), which were ankle (31.4%), thigh (15.7%) and knee (13.7%). Whereas according to his medical condition the biggest injuries regarding ligaments/sprains as much as 64% and muscle injury (tendons) by 24%. Perceptions of respondents tended to agree that physical fitness (80%), lack of warming (84%) and lack of exercise (65%) and field conditions (65%) as factors causing sports

injuries at UKOR UI. The results of this study suggest that sports stakeholders at UI to assess the risk of sports injuries and develop SOPs for sports activities in each UKOR and promote injury-free sports activities to UI students such as conducting regular and scheduled exercise, warming up sufficiently before exercising, keeping physical fitness, and using the required sports protective equipment.