

**SURVEY PEMAHAMAN PELATIH MENGENAI
PENANGANAN CEDERA PADA ATLET PENCAK SILAT PSHT
CAB. KOTA KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani



OLEH :

M. RIZALUDIN AL QURNI
NPM: 2015030166

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

2024

Skripsi oleh:

M. RIZALUDIN AL QURNI
NPM: 2015030166

Judul:

**SURVEY PEMAHAMAN PELATIH MENGENAI
PENANGANAN CEDERA PADA ATLET PENCAK SILAT
PSHT CAB. KOTA KEDIRI**

Telah Disetujui untuk Diajukan kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Program Studi Penjas
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains
Universitas Nusantara PGRI Kediri

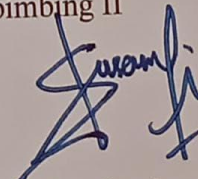
Tanggal: 8 Juli 2024

Pembimbing I



M. Anis Zawawi, M.Or.
NIDN. 0730048903

Pembimbing II



Septyaning Lusianti, M, Pd.
NIDN.07220986601

Skripsi oleh:

M. RIZALUDIN AL QURNI
NPM: 2015030166

Judul:

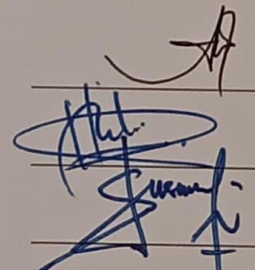
**SURVEY PEMAHAMAN PELATIH MENGENAI
PENANGANAN CEDERA PADA ATLET PENCAK SILAT PSHT
CAB. KOTA KEDIRI**

Telah Dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Program Studi Penjas
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains UNP Kediri
Pada Tanggal: 11 Juli 2024

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : M. Anis Zawawi, M.Or.
2. Penguji I : Dr. Wasis Himawanto, M.Or.
3. Penguji II : Septyaning Lusianti, M.Pd.



Mengetahui,
Dekan FIKS,



Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
NIDN. 0703098802

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : M. Rizaludin Al Qurni

Jenis Kelamin : Laki-laki

Tempat/Tgl. Lahir : Lubuk Seberuk, 29 Maret 2002

NPM : 2015030166

Fakultas : Ilmu Kesehatan dan Sains

Program Studi : Penjas

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 11 Juli 2024
Yang Menyatakan,



M. Rizaludin Al Qurni
NPM. 2015030166

MOTTO

“Belajarlah terus menerus dalam mencari ilmu dan pengetahuan agar kamu tahu
jika kamu sedang dibohongi .”

Kupersembahkan karya ini untuk:

**Kedua orangtuaku, keluargaku, orang tercintaku, dan sahabat/sahabati ku
semua**

ABSTRAK

M. Rizaludin Al Qurni: Survey Pemahaman Pelatih Mengenai Penanganan Cedera Pada Atlet Pencak Silat PSHT Cab. Kota Kediri

Kata Kunci: Pemahaman, Pelatih, Penanganan, Cedera, Pencak Silat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pelatih mengenai penanganan cedera pada atlet pencak silat di Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) cabang Kota Kediri. Cedera merupakan resiko yang tidak terhindarkan dalam olahraga pencak silat, sehingga pemahaman pelatih mengenai penanganannya sangat penting untuk memastikan pemulihan yang tepat dan pencegahan cedera lebih lanjut. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Instrumen penelitian berupa angket dengan nilai validitas 0,312 dan nilai reliabilitas 0,734. Subjek penelitian adalah pelatih pecak silat PSHT se-cabang kota kediri sebanyak 40 responden. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat pemahaman pelatih terhadap penanganan cedera atlet pencak silat PSHT cabang kota kediri sebagian besar pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 32,5%, pada ketegori sangat tinggi sebesar 22,5%, pada kategori cukup sebesar 10%, pada kategori kurang sebesar 22,5% dan kategori sangat kurang sebesar 12,5%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul “Survey Pemahaman Pelatih Mengenai Penanganan Cedera Pada Atlet Pencak Silat Psht Cab. Kota Kediri” ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Penjas Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini, penulis mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak, dan mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Kedua orang tua penulis yaitu Bapak Wigiarto dan Ibu Kusnati yang senantiasa memberikan doa, dukungan, semangat dan kasih sayang tiada batas.
2. Bapak Dr. Zainal Afandi, M.Pd. selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
3. Bapak Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Bapak Weda, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Penjas Universitas Nusantara PGRI Kediri.
5. Bapak M. Anis Zawawi, M.Or. dan Septyaning Lusianti, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan dan

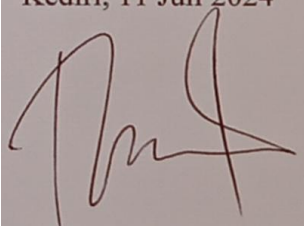
motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

6. Seluruh keluarga besar Bani Soeryo Family yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
7. Aulia Saputri yang selalu memberikan semangat dan doa.
8. Sahabat-sahabat PMII yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan semangat.
9. Teman-teman satu angkatan yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan semangat.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan masukan, kritik, dan saran-saran dari berbagai pihak.

Akhirnya disertai harapan semoga skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun hanya ibarat setitik air bagi samudra yang luas.

Kediri, 11 Juli 2024



M.RIZALUDIN AL QURNI
NPM. 2015030166

DAFTAR ISI

SKRIPSI	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Pernyataan	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10

F. Kegunaan Penelitian.....	10
BAB II.....	12
KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS.....	12
A. Kajian Teori.....	12
1. Hakikat Pencak Silat	12
2. Hakikat Cedera	19
3. Hakikat Pemahaman	40
4. Hakikat Pelatih	45
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu	50
C. Kerangka Berfikir.....	52
D. Hipotesis	54
BAB III.....	55
METODE PENELITIAN.....	55
A. Desain Penelitian.....	55
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	55
C. Pendekatan dan Teknik Penelitian	56
1. Pendekatan Penelitian	56
2. Teknik Penelitian.....	56
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	57
E. Populasi dan Sampel Penelitian	57

F. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	60
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	63
H. Teknik Analisis Data.....	68
BAB IV	70
HASIL DAN PEMBAHASAN	70
A. Deskripsi Data Variabel	70
B. Pembahasan Hasil Penelitian	76
BAB V.....	80
KESIMPULAN DAN SARAN	80
A. Kesimpulan	80
B. Implikasi	80
C. Keterbatasan Penelitian	81
D. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN – LAMPIRAN	85

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi pelatih	58
Tabel 3.2 Sampel yang di ambil	59
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen	62
Tabel 3.4 Hasil Analisis dan Validitas	64
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumern (Ters pernerlitan)	66
Tabel 3.6 Interrprtasi r	67
Tabel 3.7 Katergori Pemahaman	69
Tabel 4.1 Deskripsi Hasil Penelitian Tingkat Pemahaman.....	71
Tabel 4.2 Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Memahami	72
Tabel 4.3 Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Mengingat	74
Tabel 4.4 Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Menerapkan	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Cedera Memar	21
Gambar 2. 2 Cedera Sprain Kaki	22
Gambar 2. 3 Cedera Sprain Lengan	23
Gambar 2. 4 Cedera Strain Tungkai	24
Gambar 2. 5 Cedera Strain Lengan.....	24
Gambar 2. 6 Cedera Patah Tulang (Fracture).....	25
Gambar 2. 7 Cedera Pendarahan	26
Gambar 2. 8 Cedera Dislokasi.....	26
Gambar 2. 9 Kerangka Berfikir	53
Gambar 4. 1 Grafik tingkat pemahaman pelatih.....	71
Gambar 4. 2 Grafik Faktor Memahami.....	73
Gambar 4. 3 Grafik Faktor Mengingat	74
Gambar 4. 4 Grafik Faktor Menerapkan	76

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Permohonan Penelitian.....	85
Lampiran 2 Surat balasan Penelitian	86
Lampiran 3 Surat Keterangan Bebas Plagiasi	87
Lampiran 4 Sertifikat Bebas Plagiasi.....	88
Lampiran 5 Surat Keterangan Persetujuan Validasi	89
Lampiran 6 Angket Penelitian.....	93
Lampiran 7 Data Uji Coba Instrumen.....	99
Lampiran 8 Data Penelitian.....	101
Lampiran 9 Data Penelitian Faktor Memahami	105
Lampiran 10 Data Penelitian Faktor Mengingat	107
Lampiran 11 Penelitian Faktor Menerapkan	109
Lampiran 12 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	111
Lampiran 13 Hasil Analisis Data Validitas.....	138
Lampiran 14 Hasil Statistik Penelitian	139
Lampiran 15 Berita Acara Kemajuan Pembimbingan Skripsi	146
Lampiran 16 Dokumentasi	148

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak bertujuan untuk menyehatkan, membugarkan tubuh, mendorong pengembangan potensi-potensi prestasi, jasmani dan rohani sehingga tidak bisa lepas dalam keddupan sosial manusia. Olah raga bukan hanya kegiatan untuk menyehatkan tubuh saja tetapi juga sudah mencakup dalam bidang pendidikan dan prestasi. Sudah banyak cabang olah raga yang sering di perlombakan dalam ajang kejuaraan lokal hingga internasional. Khususnya di Indonesia sendiri banyak sekali keragaman budaya yang awalnya di ciptakan oleh nenek moyang kita terdahulu salah satunya bertujuan untuk membentuk karakter, kesenian, perlindungan diri, dan permainan tradisional sehinggann menjadi cabang olah raga yang mempunyai induk organisasi dan diakui di dalam negri sampai ke manca negara salah satuna seperti pencak silat.

Pencak silat adalah olahraga beladiri tradisional asli Indonesia yang berakar dari budaya melayu, kemudian berkembang dan melebur menjadi satu dengan budaya daerah tempat dimana pencak silat itu didirikan. Pencak silat merupakan hasil budi dan akal manusia, lahir dari sebuah proses perenungan, pembelajaran dan pengamatan (Prastyoko & Nila, 2021). Pencak silat merupakan potensi kebudayaan asli indonesia yang

harus di lestarikan. Khususnya di Kota Kediri yang banyaknya berkembang perguruan-perguruan pencak silat. Salah satu perguruan pencak silat yang berkembang dan sering ikut andil dalam kejuaraan pencak silat yaitu Persaudaraan Setia Hati Terate.

Persaudaraan Setia Hati terate (PSHT) merupakan organisasi bela diri pencak silat yang berdiri pada tahun 1922 di Madiun, Jawa Timur. Tokoh pendirinya adalah Ki Hajar Hardjo Oetomo. PSHT sendiri memiliki banyak sekali cabang di Indonesia dan bahkan cabang khusus di luar negeri.

Meskipun pencak silat merupakan olah raga tradisional yang dulu hanya digunakan untuk perlindungan diri namun perkembangannya mulai mengikuti zaman. Sekarang pencak silat sudah menjadi ajang pembentukan prestasi dengan ciri khas gerakannya. Hal ini bisa di buktikan bahwasannya pencak silat sudah masuk dalam ajang prestasi yang wajib di pertandingkan pada ajang multievent seperti PON, POPNAS, POMNAS. Sedangkan di tingkat internasional juga sudah di pertandingkan seperti SEA Game, Asian Indoor Game, dan Asian Beach Game. Adapun pertandingan pencak silat dapat dibedakan 5 kategori yaitu tanding, tunggal, ganda, regu, dan solo kreatif (POMNAS, 2023).

Kategori Tanding adalah sebuah kategori di mana dua pesilat dari tim yang berbeda berhadapan satu sama lain. Dalam pertandingan ini, kedua pesilat menggunakan kaidah pencak silat, termasuk teknik menangkis, mengelak, mengena, menyerang ke sasaran, dan menjatuhkan

lawan. Mereka mengandalkan taktik dan teknik bertanding yang telah ditetapkan dan disepakati dalam peraturan sebelum pertandingan berlangsung. Pertandingan ini menekankan kepatuhan terhadap aturan yang telah disusun sebelumnya untuk memastikan fair play dan keterampilan yang sesuai dengan standar pencak silat.

Kategori Tunggal merupakan sebuah kategori di mana seorang pesilat menunjukkan kemahiran dalam memperagakan gerakan jurus tunggal baku. Pesilat ini harus menampilkan gerakan dengan benar, tepat, mantap, dan penuh penjiwaan. Dalam kategori ini, pesilat menggunakan berbagai alat, termasuk tangan kosong, senjata, dan senjata toya. Penampilan mereka dinilai berdasarkan ketentuan dan peraturan yang telah ditetapkan untuk kategori tunggal. Kategori ini menekankan keakuratan dan ketepatan gerakan, serta keselarasan dengan aturan yang berlaku untuk memastikan kualitas dan keaslian jurus yang ditampilkan.

Kategori Ganda adalah kategori di mana dua pesilat dari tim yang sama bekerja sama untuk menampilkan serangkaian gerakan dan variasi serangan serta pertahanan. Gerakan-gerakan ini harus ditampilkan secara terencana, efektif, estetik, dan mantap. Penampilan tersebut disusun dalam rangkaian seni yang logis dan teratur, sesuai dengan jurus yang ditetapkan oleh organisasi pencak silat masing-masing. Kedua pesilat harus menunjukkan koordinasi yang baik dan kemampuan untuk bekerja sama, menampilkan gerakan dengan sinkronisasi yang sempurna dan penjiwaan yang kuat. Semua ini dilakukan sesuai dengan ketentuan dan peraturan

yang berlaku dalam kategori ganda, memastikan bahwa setiap gerakan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan untuk kategori ini.

Kategori Regu adalah kategori yang melibatkan tiga pesilat dari tim yang sama untuk menampilkan gerakan jurus baku regu. Ketiga pesilat ini harus menunjukkan gerakan yang benar, tepat, mantap, penuh penjiwaan, dan dilakukan dengan kekompakan yang tinggi menggunakan tangan kosong. Penampilan mereka dinilai berdasarkan ketentuan dan peraturan yang berlaku dalam kategori regu. Dalam penampilan ini, penting bagi para pesilat untuk menunjukkan sinkronisasi yang sempurna, ketepatan gerakan, serta penjiwaan yang mendalam untuk mencerminkan esensi dari jurus yang ditampilkan. Kategori ini menekankan koordinasi tim yang baik dan kepatuhan terhadap standar yang telah ditetapkan untuk memastikan kualitas dan keaslian gerakan dalam pencak silat.

Solo kreatif adalah sebuah kategori di mana seorang pesilat menampilkan kemahiran dalam jurus, baik dengan tangan kosong maupun menggunakan senjata, sambil mengekspresikan kreativitas yang khas dari perguruannya masing-masing. Penampilan ini diiringi oleh musik yang mendukung gerakan tubuh dan ekspresi pesilat, menambahkan elemen estetika dan artistik. Meskipun hampir menyerupai tarian, solo kreatif ini secara khusus menekankan gerakan-gerakan atau teknik-teknik pencak silat yang khas dari perguruan silat yang diikuti oleh peserta. Musik yang mengiringi bertujuan untuk memperkuat ekspresi dan dinamika gerakan, memberikan penampilan yang lebih hidup dan menarik. Dalam solo

kreatif, penting bagi pesilat untuk menunjukkan kombinasi yang harmonis antara keahlian teknis, kreativitas, dan penjiwaan, sesuai dengan aturan dan ketentuan yang telah ditetapkan untuk kategori ini.

Pencak silat merupakan sebuah olahraga yang menggabungkan unsur-unsur pembelaan dan serangan, sehingga sering kali pesilat mengalami cedera saat berkompetisi. Cedera-cedera yang umum terjadi termasuk memar, cedera ligamen, cedera otot dan tendon, dislokasi sendi, patah tulang, perdarahan kulit, kram otot, dan bahkan pingsan (Nawawi, 2018). Ada beberapa faktor yang menyebabkan cedera ini, seperti teknik yang tidak tepat, benturan dengan lawan atau matras, serta pelaksanaan program latihan yang kurang optimal. Untuk mengurangi risiko cedera, pengetahuan yang baik dari pesilat, pelatih, dan staf medis sangat penting. Mereka perlu bekerja sama dalam menerapkan strategi pencegahan yang efektif, baik sebelum maupun selama pertandingan atau latihan. Dengan pemahaman yang mendalam tentang kondisi fisik dan teknik yang benar, serta perhatian terhadap faktor lingkungan dan peraturan keselamatan, dapat membantu meminimalkan risiko cedera di dalam dunia pencak silat. Cedera adalah suatu kerusakan pada struktur atau fungsi pada bagian tubuh yang dikarenakan suatu paksaan atau dikarenakan tekanan fisik secara berlebihan. Astutik & Bakti (2021) menjelaskan bahwa tingkat cedera di bagi menjadi 3 yaitu Olahraga resiko tinggi, olahraga resiko sedang, olahraga resiko rendah. Cedera olahraga adalah jaringan lunak

terdiri dari (otot dan ligament), jaringan keras (tulang dan tulang rawan dan sendi).

Cedera olahraga, jika tidak diperlakukan dengan benar dan tepat waktu, dapat menyebabkan gangguan atau keterbatasan fisik yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam kegiatan sehari-hari maupun dalam berolahraga yang mereka sukai. Bagi atlet, hal ini bisa berarti waktu pemulihan yang panjang atau bahkan mengancam untuk menghentikan hobi dan karier mereka di bidang olahraga. Oleh karena itu, penanganan cedera olahraga harus dilakukan dengan serius dan melibatkan tim medis yang terdiri dari berbagai ahli disiplin ilmu yang bekerja bersama untuk memastikan pemulihan yang optimal.

Ketika seorang atlet mengalami cedera olahraga, mereka cenderung mengalami berbagai sikap seperti distress, denial, dan determined coping. Distress mencakup respons emosional seperti kaget, marah, cemas, depresi, rasa bersalah, penarikan diri, rasa malu, dan perasaan tidak berdaya. Denial melibatkan ketidakpercayaan terhadap keparahan cedera yang dialami, yang bisa menyebabkan penolakan terhadap kenyataan cedera yang sebenarnya. Sementara itu, determined coping merupakan proses di mana atlet mulai menerima kondisi cedera mereka dan memahami dampak jangka panjangnya terhadap karier olahraga mereka. Dalam menghadapi cedera olahraga, penting bagi atlet untuk mengembangkan strategi dan dukungan emosional yang tepat untuk memfasilitasi pemulihan dan adaptasi yang efektif.

Peran pelatih sangat vital bagi seorang atlet dalam memberikan pemahaman tentang cedera olahraga untuk mencegahnya. Pelatih tidak hanya memandu proses latihan atlet tetapi juga memiliki pengaruh yang krusial dalam membantu mereka berlatih dengan komitmen tinggi dan mencapai performa terbaik di kompetisi. Sesuai dengan definisi Sanusi (2019), pelatih adalah seseorang yang mengawasi dan mengarahkan dalam bidang olahraga tertentu, bertanggung jawab untuk mengembangkan kemampuan dan prestasi atlet secara menyeluruh.

Seorang pelatih adalah seorang profesional yang memiliki tanggung jawab untuk membantu atlet dan tim dalam meningkatkan kondisi fisik dan kinerja mereka dalam olahraga. Peran mereka mencakup memberikan edukasi tentang penanganan cedera olahraga serta merancang program latihan yang efektif sesuai dengan pengetahuan dan keahlian kepelatihannya. Dengan demikian, penting bagi seorang pelatih untuk aktif mengikuti penelitian ilmiah yang dilakukan oleh para ahli olahraga. Hal ini membantu mereka memperbarui dan meningkatkan metode pelatihan mereka agar sesuai dengan perkembangan terbaru dalam ilmu olahraga, sehingga dapat mencapai hasil yang optimal untuk atlet dan tim mereka.

Pelatih juga perlu mengikuti pendidikan formal yang diselenggarakan oleh institusi pendidikan tinggi. Ini penting agar pelatih dapat memahami dengan baik dinamika lapangan dan memberikan wawasan teoritis tentang olahraga. Mereka dapat membantu mempercepat proses penyembuhan cedera atlet dengan merancang program latihan

pasca cedera yang tepat. Selain membimbing atlet selama masa pemulihan dari cedera, tugas pelatih juga meliputi perencanaan program latihan yang kompeten dan efektif sesuai dengan kebutuhan spesifik atlet pencak silat. Dengan demikian, pendidikan formal menjadi landasan penting bagi pelatih dalam memenuhi peran mereka secara profesional dan membantu mencapai prestasi optimal dalam olahraga.

PSHT di Kota Kediri memiliki cabang yaitu PSHT Cabang Kota Kediri yang memiliki banyak pelatih di setiap ranting maupun komisarian. Terdapat 3 ranting, dan 6 komisariat yang masih aktif dalam latihan ajaran maupun prestasi sehingga baanyak atlet PSHT Cabang Kota Kediri yang ikut serta dalam kejuaraan pencak silat. Dengan banyaknya event pertandingan pencak silat, banyak pelatih dan atlet yang turut serta dalam kompetisi, menjunjung tinggi kaidah-kaidah pencak silat yang telah ditetapkan oleh IPSI untuk memastikan kompetisi berlangsung secara profesional sesuai dengan peraturan yang berlaku. Pada saat pertandingan maupun pada saat latihan sering kali atlet mengalami cedera seperti event Dandim cup 2022 dan krida PSHT cabang Kota Kediri 2023 banyak sekali korban terjadinya cedera pada atlet di karnakan dari porsi latihan yang berlebih dari pelatih saat akan mengikuti pertandingan, kurangnya pelatih melihat kondisi atlet yang kurang baik untuk dipaksakan bertanding, dan kurangnya perhatian seorang pelatih terhadap terjadinya cedera sehingga mengakibatkan atlet mengalami cedera yang serius saat selsai bertanding.

Dari pemaparan diatas peneliti tertarik mengangkat permasalahan untuk mengetahui tingkat ”pemahaman pelatih mengenai penanganan cedera pada atlet pencak silat PSHT Cabang Kota Kediri khususnya yang masih aktif dalam melatih di latihan cabang, ranting, dan komisariat.

B. Identifikasi Masalah

Dengan memahami latar belakang masalah di atas maka perlu adanya identifikasi masalah, sehingga dapat dipahami masalah mana yang perlu mendapatkan pemecahan secara ilmiah. Berdasar uraian yang ada, banyak sekali faktor yang mempengaruhi penanganan cedera atlet pencak silat. Akan tetapi jika disesuaikan dengan judul yang ada, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah sejauh mana tingkat pemahaman pelatih mengenai penanganan cedera, jenis cedera, dan pencegahan cedera pada atlet pencaksilat PSHT Cab.Kota Kediri.

C. Pembatasan Masalah

Melihat berbagai masalah yang muncul dan disesuaikan dengan permasalahan dalam penelitian ini, maka masalah yang dibahas dalam penelitian ini dibatasi Pemahaman Pelatih Mengenai Penanganan cedera Pada Atlet Pencak Silat PSHT Cab.Kota Kediri.

D. Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini rumusan masalah yang akan dibahas adalah; Bagaimana tingkat pemahaman pelatih terhadap penanganan cedera atlet pencak silat PSHT Cab. Kota Kediri?.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang ada diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat Pemahaman Pelatih Mengenai Penanganan cedera Pada Atlet Pencak Silat PSHT Cab.Kota Kediri.

F. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang diteliti, diharap akan manfaat atau kegunaan sebagai berikut :

1. Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keolahragaan.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang akurat tentang pentingnya pemahaman pelatih terhadap penanganan cedera atlet pencak silat, dan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam penelitian-penelitian sejenis di masa mendatang.

2. Praktis

a. Bagi Pelatih

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan bahan masukan bagi Pelatih mengenai penanganan cedera atlet pencak silat.

b. Bagi Universitas

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan koleksi pustaka dan bahan referensi khususnya bagi mahasiswa program studi pendidikan jasmani.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti agar lebih siap dalam menjalankan peran di lapangan nantinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrino, J. B., Soo, D., Januarumi, F., Wijaya, M., Handoko, A. T., & Saputra, S. (2023). Resiliensi Atlet Koni Jawa Timur Terhadap Tingkat Kecemasan Pasca Cedera Joan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(2338–7971), 41–45.
- Afrizal, A., Akram, H., Rizal, F., Yassir, M., Iman, I., & Khairunisa, P. (2024). Pelatihan Peningkatan Kompetensi Pelatih Pencak Silat Berbasis Sports Science di Kabupaten Aceh Selatan. *COVIT (Community Service of Tambusai)*, 4(1), 14–20.
- Aldiansyah, M. B. A., Ruddin, M., Studi, P., Jasmani, P., Nahdlatul, U., & Giri, U. S. (2021). Cedera Olahraga Takraw. *Seminar Nasional Sosial, Ekonomi, Pendidikan, Penelitian, Pengabdian Dan Kesehatan*, 1(2), 161–169.
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Arinda, E. N., Iskandar, Cahyadi, A., Sari, S., Sabransyah, M., Wiharja, A., Nilawati, S., Nur, M. M., & Bakti, A. P. (2020). Analisis Cedera Olahraga dan Pertolongan Pertama Pemain Sepak Bola. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 10(November), 2018–2020. <file:///D:/FILE KAMPUS/0000/11186-Article Text-14557-1-10-20150318.pdf>
- Arnandho, L. (2017). Pemahaman Pelatih Tentang Prinsip-Rinsip Dasar Latihan Sepakbola Di Kabupaten Bantul. *Occupational Medicine*, 53(4), 130.
- Assyam, Z. N. (2016). *Gambaran Cedera Olahraga Pada Pemain Panahan Di Kota Makassar*. 14(5), 1–23.
- Astutik, D. D., & Bakti, A. P. (2021). Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Oleh Pelatih Pada Atlet Sekolah Sepakbola (Ssb) Se-Kabupaten Nganjuk. *Kesehatan Olahraga*, 09(04), 139–144.
- Damara, Y. A., & Rochmania, A. (2021). Tingkat Pengetahuan Pelatih Sepakbola Lisensi D terhadap Cedera Olahraga. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 04(7), 46–52. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/40544>
- F Syamsudin, A Amrulloh, I Ramadhan, M. S. (2021). Edukasi LTAD tahap Learning to Train dan Train to Train kepada Pelatih dan Orangtua Walisiswa Pencak Silat di Sukoharjo. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 2582–2586. <https://doi.org/10.31949/jb.v4i4.6434>
- Fauzi, M. T. (2019). *Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Akut Dengan Metode R.I.C.E (Rest, Ice, Compression, Elevation) Pada Pemain Bola Voli Gundengan Voli Club (Gvc) (Vol. 2)*.

- Ilmi, D. F., Sari, D. A., Viani, I. rema, Maulana, J. R., Wahyuni, W., & Pristianto, A. (2023). Pemberian Edukasi Pertolongan Pertama Dan Penanganan Cedera Berulang Pada Komunitas Pencak Silat Angga Utama Yasa Di Smkn 3 Surakarta. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 3(3), 337–342. <https://doi.org/10.53769/jai.v3i3.547>
- Iskandar, I., Cahyadi, A., Sari, S., & Sabransyah, M. (2021). Pengembangn Model Penanganan Cedera Olahraga Sprain Ankle Pada Olahraga Sepaktakraw di IKIP PGRI Pontianak. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(1), 57–66. <https://doi.org/10.31571/jpo.v10i1.2361>
- Khoiril, N. M., & Rizanul, A. (2021). Pemahaman Pelatih Mengenai Penanganan Cedera Olahraga Pada Atlet Cabang Olahraga Pencak Silat Yang Terdaftar Dalam Ipsi Kab. Madiun. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(5), 1–10. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/39066>
- Meilani, D. (2017). Tingkat pengetahuan guru penjas sekolah. *Skripsi*, 25-28.
- Meilita, I. W., & Jatmiko, T. (2021). Analisis Penanganan Rehabilitasi Cedera Atfl Tear Pada Atlet Pustlatda Jawa Timur Tahun 2021 (Studi Kasus). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2021, 115–123.
- Nawawi, U. (2018). *Identifikasi cedera pada atlet pencak silat dewasa kabupaten magelang*.
- POMNAS. (2023). *Pedoman POMNas XVIII Tahun 2023 Kalimantan Selatan*. 67–78.
- Pramita, I., Sena, A., & Wahyudi, A. T. (2021). Pelatihan Penanganan Cedera Olahraga Pada Pelatih Cabang Olahraga Se Kabupaten Badung. *Paradharma (Jurnal Aplikasi ...)*, 4(April), 55–59. https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/para_dharma/article/view/1356
- Prasetyo, H. A. (2021). (*studi survei pada atlet pencak silat dki jakarta 2020*) *program studi ilmu keolahragaan (studi survei pada atlet pencak silat dki jakarta 2020) abstrak*.
- Prastyoko, S., & Nila, S. (2021). Survei Cidera Olahraga Pada Atlet Cabang Olahraga Pencak Silat. *Conferences.Citradharma.Org*, 1(May), 209–222. <http://conferences.citradharma.org/snsep3k/wp-content/uploads/2021/06/30.-pg.-209-222-survei-cidera-olahraga-pada-atlet-cabang-olahraga-1.pdf>
- Presdenta, K. A. G. & W. E. S. (2022). Pengaruh Cedera Ankle Pada Saat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Psikologi Siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Banyuwangi. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2, 595–602. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i3.136>
- Rahman, M. A., & Warthadi, A. N. (2023). Analisis Cedera Olahraga Atlet Porprov Pencak Silat Surakarta (Ditinjau dari Karakteristik Cedera Muskuloskeletal). *Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas*

Muhammadiyah

Surakarta.

<https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/117670%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/117670/1/NAS PUB RAHMAN.pdf>

- Rukmana, A. (2021). Hubungan Pengetahuan RICE (Rest, Ice, Compression, Elevation) Dengan Penerapan Penanganan Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Di Kecamatan Kutawaluya. *Skripsi Ade Rukmana*.
- Sanusi, R. (2019). Pemahaman Pelatih Futsal Terhadap Penanganan Cedera Engkel. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 96. <https://doi.org/10.31571/jpo.v8i2.1214>
- Sucipto, A., Kes, M., Cholik Mutohir, A.-P. T., Muhyi, M., & Pd, M. (2022). *Kompetensi Pelatih Olahraga Di Era Digital*. www.akademiapustaka.com
- Sugiyono. (2020). *Metode-Penelitian-Kuantitatif-Kualitatif-Dan-Rampampd-Sugiyono-2020_Compress.Pdf*.
- Zubaida, I., & Anugrah, S. M. (2021). Pemahaman Cedera Para Pelatih dan Pegiat Olahraga di Lingkup KONI Kota Serang Provinsi Banten. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 6(1), 93–102. <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.1.10>