

## **CEDERA OLAHRAGA ATLET SEPAK TAKRAW**

### ***IDENTIFICATION OF SPORTS INJURY IN TAKRAW ATHLETES***

**<sup>1\*</sup>Sardiman, <sup>2</sup>Ardiansyah D Kandupi, <sup>3</sup>Delvi Kristanti Liloy, <sup>4</sup>Rahmah**  
<sup>1\*,2,3,4</sup> Universitas Tadulako

Kontak koresponden: [sardiman@untad.ac.id](mailto:sardiman@untad.ac.id)

#### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis cedera olahraga atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako dan mengidentifikasi macam, jenis dan lokasi cedera olahraga atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako. Jenis penelitian merupakan penelitian deskriptif. Populasi seluruh atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposiv Sampling* dengan jumlah sampel 12 orang. Analisis data menggunakan *statistic* deskriptif *persentase*. Hasil penelitian macam cedera yang banyak terjadi pada atlet Sepak takraw adalah cedera kronik dalam kategori sedang, jenis cedera banyak terjadi pada atlet Sepak takraw adalah cedera kronik dengan kategori sedang, dan lokasi cedera pada atlet Sepak takraw banyak terjadi pada ekstremitas bawah kategori sedang.

**Kata Kunci:** *identifikasi; cedera; Sepak takraw*

#### **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to analyze sports injuries for Sepak takraw athletes at SMANOR Tadulako and identify the types, types and locations of sports injuries for Sepak takraw athletes at SMANOR Tadulako. This type of research is descriptive research. The population of all the takraw athletes at SMANOR Tadulako. Sampling using purposive sampling technique with a sample of 12 people. Data analysis used descriptive statistics of percentages. The results of the study of the types of injuries that most often occur in Sepak takraw athletes are chronic injuries in the moderate category, the type of injury that often occurs in Sepak takraw athletes is chronic injuries with moderate categories, and the location of injuries in Sepak takraw athletes mostly occurs in the lower extremities of moderate category.*

**Keywords:** *identification; injury; Sepak takraw*

## **Pendahuluan**

Olahraga merupakan salah satu wujud upaya meningkatkan kualitas manusia yang ditunjukkan untuk pembentukan watak dan keperibadian (Putra et al., 2018). (Setiawan et al., 2021) Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot yang memerlukan pengeluaran energi. Sehingga sebagai manusia sudah seharusnya mengetahui betapa pentingnya kegiatan olahraga dalam kehidupan kita sehari-hari untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan hidup (Kadir et al., 2022; Mohamad et al., 2021).

Sepak takraw adalah jenis permainan tradisional yang telah berkembang dan banyak dikenal masyarakat Indonesia (Ramadhan & Bulqini, 2018). Sepak takraw olahraga yang memadukan keterampilan senam dengan Bola voli (Udomtaku & Konharn, 2020). Olahraga Sepak takraw adalah olahraga tradisional yang dimodifikasi menjadi olahraga modern dan diakui dunia. Sepak takraw memiliki tiga posisi yaitu tekong, pengumpan dan spiker (Kosni et al., 2018). Sepak takraw merupakan olahraga permainan menggunakan bola terbuat dari fiber sintesis yang dahulunya menggunakan bahan rotan (R. Hidayat et al., 2020). Olahraga Sepak takraw dimainkan diatas lapangan persegi empat panjang dengan permukaan yang rata, baik didalam ruangan maupun diluar ruangan (Fitrianto et al., 2018). Olahraga Sepak takraw merupakan jenis olahraga keterampilan akrobatik dan memiliki tingkat kesulitan tinggi dalam memainkannya menjadi dasar selama proses pelatihan dan pertandingan akan memiliki risiko cedera yang tinggi (Khairunnisa & Pitriani, 2020). Olahraga Sepak takraw keterampilan sangat penting mengolah bola sebagai upaya dalam peningkatan keterampilan dasar untuk pembetuka fisik *power* dan kelincahan (Suprayitno, 2018).

Cedera pada atlet takraw terjadi karena trauma atau kronik yang bisa memberikan rasa sakit pada aktivitas olahraga (Semarayasa, 2014). Cedera adalah pemaksaan pada aktivitas fisik yang merusak struktur dan fungsi tubuh (Aldiansyah et al., 2021). Terjadinya cedera pada atlet takraw dikarenakan aktivitas keterampilan bermain Sepak takraw diantaranya *servis, block, smash, dan heading*. Akibat dari cedera pada atlet Sepak takraw akan mempengaruhi latihan dan atlet akan istirahat total dalam aktivitas latihan (S. Hidayat & Haryanto, 2022).

Artikel ini menganalisis dengan cara mengidentifikasi cedera olahraga atlet Sepak takraw SMA Negeri Olahraga (SMANOR) Tadulako. Penelitian ini penting di lakukan untuk mengetahui cedera pada atlet Sepak Takraw SMANOR Tadulako, kemudian membantu peneliti untuk mengetahui jenis dan macam cedera pada atlet Sepak Takraw SMANOR Tadulako.

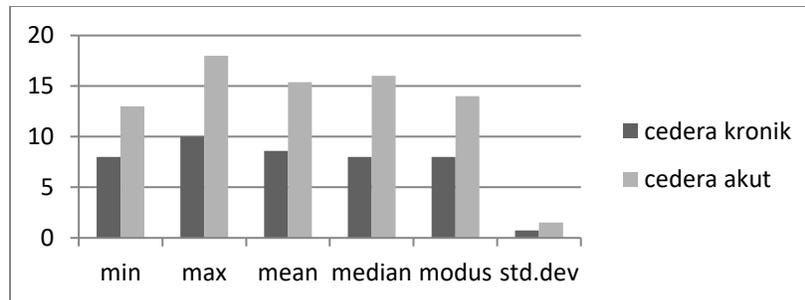
## **Metode**

Jenis penelitian merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian kuantitatif bentuk penelitain yang berupa angka yang di analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2011). Tempat berada di SMANOR Tadulako, Jl Soekarno Hatta, Kelurahan Tondo, Kecamatan Mantikulore, Kota Palu, Provinsi Sulawesi Tengah. Pemilihan tempat ini dikarenakan SMANOR Tadulako merupakan Satu-satunya Sekolah Olahraga yang berada di Sulawesi Tengah dan Sepak takraw merupakan salah satu cabang olahraga yang masuk dalam Cabang oalahraga di SMANOR Tadulako. Waktu penelitian pengambilan data dilakukan pada bulan Juli 2022. Selama satu hari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako dengan

jumlah 18 orang. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif dengan perhitungan persentase dan data dibuat dalam bentuk pengkategorian.

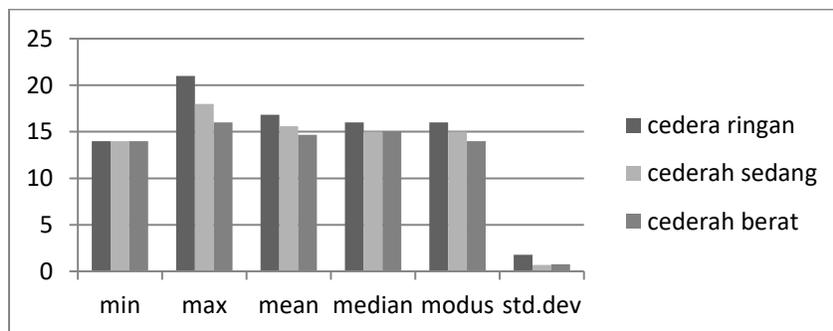
## Hasil

Penelitian bertujuan menggambarkan macam jenis dan lokas cedera pada atlet SMANOR Tadulako.



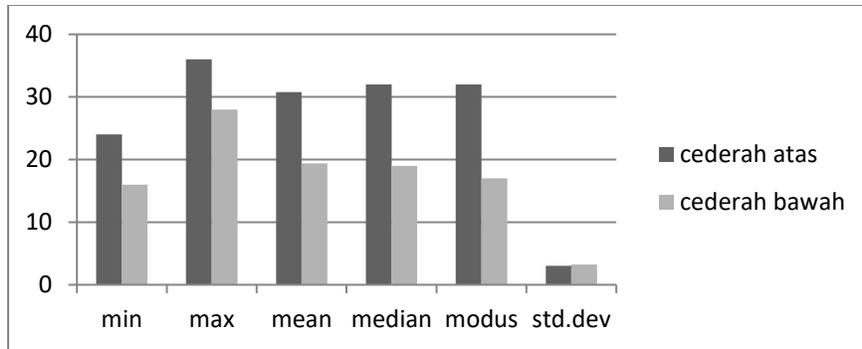
Gambar 1. Analisis data macam cedera

Data analisis macam cedera kronik memperoleh nilai minimum 8,00, maksimum 10,00, *mean* 8,64, *median* 8,00, *modus* 8,00 dan *Std.dev* 0,75 dan cedera akut mendapatkan nilai minimum 13,00, maksimum 18,00, *mean* 15,4, *modus* 14,00, *Std.dev* 1,52.



Gambar 2. Analisis data jenis cedera

Hasil data jenis cedera atlet takraw smanor cedera ringan memperoleh nilai minimum 14.00, maksimum 21.00, *mean* 16,84, *median* 16.00, *modus* 16.00, *Std.dev* 1.77. cedera sedang memperoleh nilai minimum 14.00, maksimum 18.00, *mean* 15.60, *median* 15.00, *modus* 15.00, dan *Std,dev* 0.86. cedera berat mendapatkan nilai minimum 14.00, maksimum 16.00, *mean* 14.68, *median* 15.00, *modus* 14.00 dan *Std.dev* 0.74

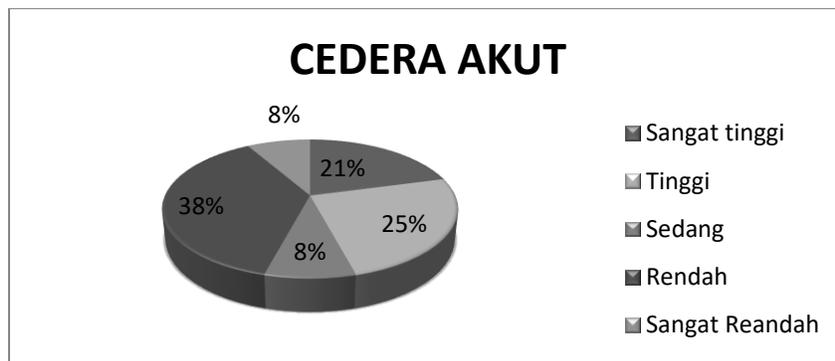


Gambar 3. Analisis data lokasi cedera atas dan cedera bawah

Data analisis lokasi cedera atas memperoleh nilai minimum 24.00, maksimum 36.00, mean 30.80, median 32.00, modus 32.00 dan Std.dev 3.01. data cedera bawah nilai minimum 16.00, maksimum 28.00, mean 19.4, median 19.00, modus 17.00, Std.dev 3.22.

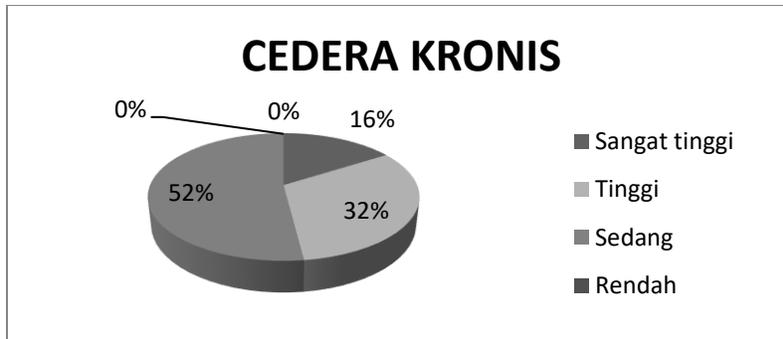
Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif dengan perhitungan persentase dan data dibuat dalam bentuk pengkategorian.

Data diagram dibawah diperoleh hasil atlet mengalami cedera akut sebanyak 1 orang kategori sangat tinggi, 2 orang kategori tinggi, 3 orang kategori sedang, 5 orang kategori rendah dan 1 orang kategori sangat rendah.



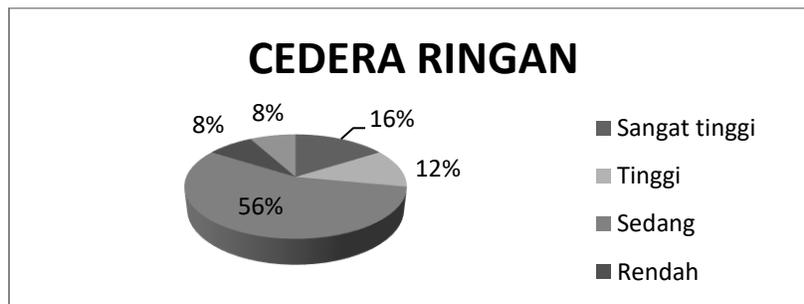
Gambar 4. Data cedera akut

Data diagram dibawah ini diperoleh data 1 orang memiliki kategori sangat tinggi, 3 orang kategori tinggi, 8 orang kategori sedang, tidak ada yang memiliki kategori rendah, dan 0 orang memiliki kategori sangat rendah.



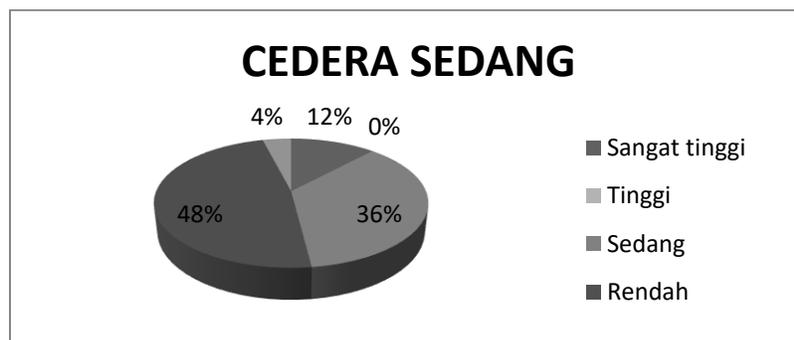
Gambar 5. Data cedera kronis

Data diagram dibawah ini diperoleh data sebanyak 3 orang kategori sangat tinggi, 2 orang kategori tinggi, 5 orang kategori sedang, 1 orang kategori rendah dan 1 orang kategori sangat rendah.



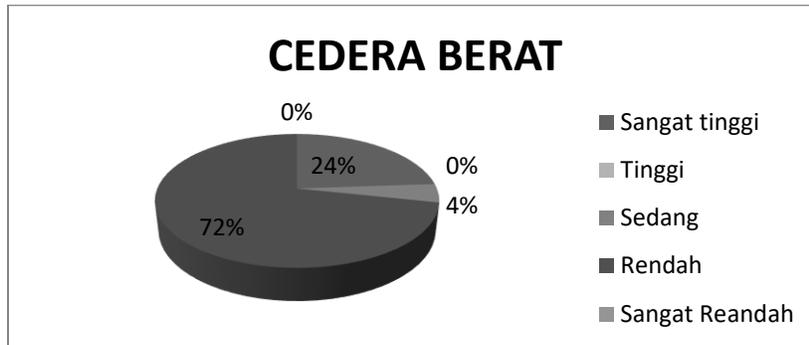
Gambar 6. Data cedera ringan

Data diagram dibawah diperoleh data pengkategorian sebanyak 2 orang sangat tinggi, 0 orang kategori tinggi, 4 orang kategori sedang, 5 orang kategori rendah dan 1 orang kategori sangat rendah.



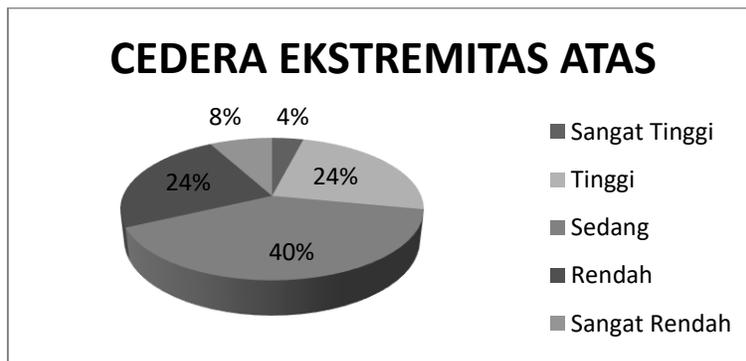
Gambar 7. Data cedera sedang

Data dari digram diperoleh hasil sebanyak 2 orang masuk kategori sangat tinggi, 0 orang masuk kategori tinggi, 4 orang kategori sedang, 6 orang kategori rendah dan 0 orang kategori sangat rendah.



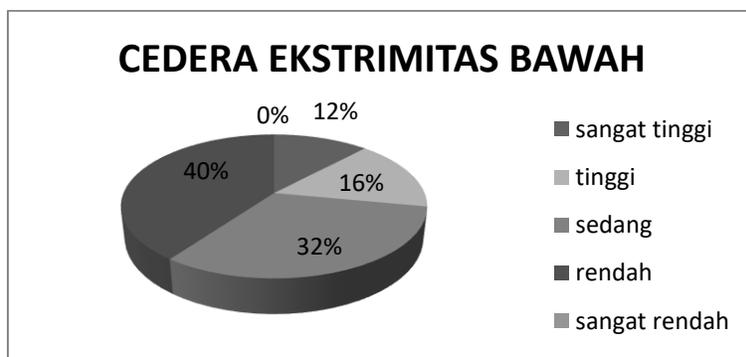
Gambar 8. Data cedera berat

Data diagram dibawah ini diperoleh nilai dengan kategori 1 orang sangat tinggi, 3 orang tinggi, 4 orang sedang, 3 orang rendah, dan 1 orang sangat rendah.



Gambar 9. Data cedera ekstrimitas atas

Data diagram dibawah ini didapatkan hasil 1 orang kategori sangat tinggi, 2 orang kategori tinggi, 3 orang kategori sedang, 6 orang kategori rendah, dan 0 orang kategori sangat rendah.



Gambar 10. Data cedera ekstrimitas bawah

## Pembahasan

Penelitian ini membuktikan bahwa cedera akut kategori rendah menyumbang lima atlet. Cedera akut merupakan suatu cedera yang berlangsung secara tiba-tiba (Atmojo & Ambardini, 2019). Hal ini dikarenakan dalam olahraga Sepak takraw, atlet menggunakan *power* eksplosif, sehingga menyebabkan cedera tersebut bisa terjadi (Eddy Yunus et al., 2020). Gerakan atlet Sepak takraw yang dapat menyebabkan cedera akut biasanya disebabkan oleh otot-otot yang langsung bekerja pada saat gerakan tiba-tiba namun apabila atlet telah terlatih dalam *strenght* maka cedera tersebut akan menjadi terminimalisir.

Cedera kronis untuk pemain Sepak takraw paling banyak mempunyai kategori sedang sejumlah delapan atlet. Cedera kronis ini disebabkan oleh penggunaan salah satu bagian tubuh saat olahraga (Lestari et al., 2021; Sanusi, 2019). Cedera yang sering terjadi dalam Sepak takraw dikarenakan dalam permainan ini sering menggunakan satu kaki dalam pergerakannya.

Kategori cedera yang sering terjadi dalam Sepak takraw adalah ringan pada ekstremitas bawah. Sepak takraw sendiri merupakan olahraga yang banyak menggunakan ekstremitas bawah (Masa & Haryanto, 2022; Syam, 2019). Penggunaan kaki dalam Sepak takraw sering sekali digunakan. Bahkan Sepak takraw ini dalam hal menyerang maupun bertahan sering digunakan.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa cedera olahraga yang banyak terjadi pada atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako adalah cedera kronik dalam kategori sedang. Atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako dalam melakukan gerakan akrobatik sering melakukan gerakan yang berulang pada saat melakukan gerakan *smash*, servis dan *block* sehingga lebih cenderung mengalami cedera. Jenis cedera olahraga yang banyak terjadi pada atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako adalah cedera ringan dalam kategori sedang. Pada olahraga Sepak takraw tidak melibatkan kontak fisik sehingga resiko tingkat cederanya ringan. Lokasi cedera olahraga pada atlet Sepak takraw SMANOR Tadulako banyak terjadi pada ekstremitas bawah dalam kategori sedang. Olahraga Sepak takraw lebih dominan menggunakan otot-otot pada ekstremitas bawah, sehingga pada saat latihan maupun kejuaraan sering mengalami cedera olahraga pada lokasi ekstremitas bawah.

## Referensi

- Aldiansyah, M. B. A., Ruddin, M., Studi, P., Jasmani, P., Nahdlatul, U., & Giri, U. S. (2021). Cedera Olahraga Takraw. In *Seminar Nasional Sosial, Ekonomi, Pendidikan, Penelitian, Pengabdian dan Kesehatan* (Vol. 1).
- Atmojo, W. T., & Ambardini, R. L. (2019). Efektivitas Kombinasi Terapi Dingin dan Masase Dalam Penanganan Cedera Ankle Sprain Akut. *MEDIKORA*, 16(1). <https://doi.org/10.21831/medikora.v16i1.23485>
- Eddy Yunus, R., Budianto, T., Pingkan Siregar, T., Salamah, T., Aviesena Zairinal, R., & Triadi Wijaya, M. (2020). Peran Magnetic Resonance Imaging dalam Diagnosis dan Prognosis Cedera Medula Spinalis Akut. *Majalah Kedokteran Neurosains Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia*, 37(4). <https://doi.org/10.52386/neurona.v37i4.179>
- Fitrianto, A. T., Asmawi, M., & Lubis, J. (2018). Model Latihan Penyerangan Sepaktakraw.

- Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(1), 46–53.  
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i1.5036>
- Hidayat, R., Budi, D. R., Purnamasari, A. D., Febriani, A. R., & Listiandi, A. D. (2020). Faktor Fisik Dominan Penentu Keterampilan Bermain Sepak Takraw. *Jurnal MensSana*, 5(1), 33.  
<https://doi.org/10.24036/jm.v5i1.127>
- Hidayat, S., & Haryanto, A. I. (2022). Kombinasi latihan fisik dan teknik: Efek terhadap kecepatan tendangan sabit dan ketahanan anaerob. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 21(2), 156–168. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v21i2.13604>
- Kadir, S., Dulanim, H., B. Usman, A., Duhe, E. D. P., & Hidayat, S. (2022). Evaluasi Komponen Kondisi Fisik Atlet Karate. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 4(1).  
<https://doi.org/10.37311/jjsc.v4i1.13445>
- Khairunnisa, A., & Pitriani, P. (2020). Erratum: Kejadian Cedera Pada Pemain Sepak Takraw. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 5(2). <https://doi.org/10.33222/juara.v5i2.900>
- Kosni, N. A., Abdullah, M. R., Juahir, H., Musa, R. M., Maliki, A. B. H. M., Mat-Rasid, S. M., Adnan, A., Alias, N., & Eswaramoorthi, V. (2018). Determination association of anthropometric and performance ability in Sepak Takraw youth athlete using unsupervised multivariate. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 9(2S), 505.  
<https://doi.org/10.4314/jfas.v9i2s.33>
- Lestari, A. T., Bachtiar, B., Trisanti, O. L., & Zubaid, I. (2021). Prevalansi Cedera Ektremitas Atas pada Permainan Softball. *Jendela Olahraga*, 6(1).  
<https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6262>
- Masa, S., & Haryanto, A. I. (2022). Perbedaan pengaruh metode dril terhadap teknik dasar sepak takraw. 4(1), 10–16.
- Mohamad, F. R., Hadjarati, H., & Kadir, S. (2021). Tingkat Kebugaran Jasmani Resimen Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo Di Era Pandemi Covid-19. *Jambura Health and Sport Journal*, 3(2). <https://doi.org/10.37311/jhsj.v3i2.11455>
- Putra, A. Y., Siswandari, S., & Purna, S. K. (2018). Management Implementation Analysis of Centralization Education and Training Student Sport Sepak Takraw Central Java. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 5(4), 331.  
<https://doi.org/10.18415/ijmmu.v5i4.287>
- Ramadhan, A., & Bulqini, A. (2018). Analisis Receive pada Pertandingan Final Sepak Takraw Pomda Jatim 2017. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, 1(1), 13.  
<https://doi.org/10.26740/jses.v1n1.p13-19>
- Sanusi, R. (2019). Pemahaman Pelatih Futsal Terhadap Penanganan Cedera Engkel. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2). <https://doi.org/10.31571/jpo.v8i2.1214>
- Semarayasa, I. K. (2014). Pencegahan Dan Penanganan Cedera Pada Atlet Sepak Takraw. *FMIPA Undiksha*, 4, 282–288.
- Setiawan, H., Munawwarah, M., & Wibowo, E. (2021). Hubungan aktivitas fisik dengan kebugaran dan tingkat stres pada karyawan back office rumah sakit omni Alam Sutera di masa pandemi Covid-19. *Physiotherapy Health Science*, 3(1), 1–10.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung (ed.)). Alfabeta.
- Suprayitno. (2018). Hasil Belajar Sepak Sila Permainan Sepak Takraw (Studi Ekperimen tentang Pengaruh Gaya Mengajar Dan Kemampuan Motorik pada Mahasiswa PJKR FIK Unimed). *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(1).
- Syam, A. (2019). Analisis Kemampuan Inteligensi Atlet Cabang Olahraga Sepak Takraw Provinsi Gorontalo. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 1(2).

<https://doi.org/10.37311/jjsc.v2i1.2385>

Udomtaku, K., & Konharn, K. (2020). Energy expenditure and movement activity analysis of sepaktakraw players in the Thailand league. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 18(3).  
<https://doi.org/10.1016/j.jesf.2020.04.001>