

Gambaran Kejadian Cedera Olahraga dan Persepsi Faktor Risiko Cedera Olahraga Di Unit kegiatan Mahasiswa Bidang Olahraga Universitas Indonesia Tahun 2019

Patrianto, Taufan

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=132100&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.