



**SURVEY CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET RUGBY  
DI PROVINSI JAWA TENGAH**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**HARIS ATHA WARDAYA**

**D0419011**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN  
SURAKARTA**

**2025**

***SURVEY CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET RUGBY***  
**DI PROVINSI JAWA TENGAH**

Oleh:

Haris Atha Wardaya

D0419011

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar

Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN**  
**SURAKARTA**

**2025**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi dengan judul “*Survey* Cedera Olahraga pada Atlet Rugby di Provinsi Jawa Tengah”, karya :

Nama : Haris Atha Wardaya

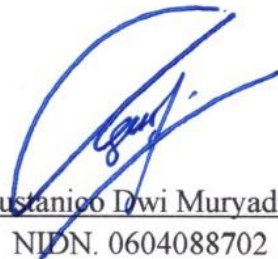
NIM : D0419011

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Surakarta, 15 Juli 2025

Pembimbing I



Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd  
NIDN. 0604088702

Pembimbing II



Dr. Slamet Santoso, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0611128502

## PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul “*Survey Cedera Olahraga pada Atlet Rugby di Provinsi Jawa Tengah*”, karya

Nama : Haris Atha Wardaya

NIM : D0419011

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Senin

Tanggal : 28 Juli 2025

Dewan Penguji Skripsi :

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd

Sekretaris : Dr. Slamet Santoso, M.Pd

Penguji I : Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd

Penguji II : Satrio Sakti Rumpoko, S.Pd., M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Pf. Dekan,



**Kodrad Budiyono, S.Pd., M.Or.**

**NIDN. 0619068401**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis pada skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain ataupun kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian maupun keseluruhan. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 15 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Haris Atha Wardaya

## **MOTO DAN PERSEMBAHAN**

“Memento Mori (Ingatlah Kematianmu).”

**(Anonim)**

### **Persembahan**

Ibu, Adik, dan Ayah tercinta

Dosen Penjas FKIP UTP

Ex-Ber10

Rekan seperjuangan

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat limpahan karunia dan rahmat-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Ucapan terima kasih juga tak lupa peneliti sampaikan kepada pihak yang telah ikut serta membantu terselesainya skripsi ini di antaranya :

1. Prof. Dr. Winarti, M.Si Rektor Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
2. Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or Plt Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
3. Satrio Sakti Rumpoko, S.Pd., M.Or Ketua Progam Studi Pendidikan Jasmani Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Dr. Agustanico Dwi Muryadi, S.Pd., M.Pd. Sebagai pembimbing I, yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Dr. Slamet Santoso, S.Pd., M.Pd. Sebagai Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan *support* dalam terselesainya penyusunan skripsi ini.
6. Berbagai pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga semua amal dan kebaikan dari seluruh pihak terkait dalam penyusunan skripsi ini mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, oleh karenanya peneliti memohon kritik dan saran agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan bisa memajukan pengetahuan di bidang pendidikan.

Surakarta, 15 Juli 2025  
Peneliti

Haris Atha Wardaya

## ABSTRAK

**Haris Atha Wardaya**, 2025. *Survey Cedera Olahraga pada Atlet Rugby di Provinsi Jawa Tengah*, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing : 1. Dr. Agustanico Dwi Muryadi, S.Pd., M.Pd. II. Dr. Slamet Santoso, S.Pd., M.Pd.

*Survey* cedera olahraga adalah proses pengumpulan data dan informasi terkait cedera yang dialami oleh individu saat berolahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyebab, jenis, lokasi, dan sifat cedera yang pernah dialami oleh atlet rugby di Jawa Tengah.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode deskriptif. Subyek penelitian ini adalah 50 atlet rugby yang ada di Jawa Tengah. Teknik pengambilan data menggunakan angket yang disebar secara *online* dengan media *google form*. Instrumen dibagi menjadi 4 (empat) kelompok yaitu: 1. Faktor Penyebab Cedera, 2. Lokasi Cedera, 3. Jenis Cedera, dan 4. Sifat cedera. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif dengan persentase. Penelitian ini menggunakan 50 atlet rugby di Jawa Tengah sebagai sampel yang terdiri dari 38 laki-laki dan 12 perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor terbesar penyebab cedera adalah faktor *eksogen* (67.6%), lokasi cedera yang paling sering dialami atlet adalah bagian esktrimitas atas (43.6%), jenis cedera yang sering terjadi adalah *sprain* (40%), dan sifat cedera yang paling sering ditemui adalah sifat cedera akut (52.6%). Keadaan sarana dan prasarana yang kurang baik menjadi faktor utama cedera, jari tangan menjadi bagian tubuh yang paling banyak mengalami cedera, jenis cedera yang sering dialami adalah cedera *sprain*, dan sifat cedera didominasi oleh sifat cedera akut.

**Kata kunci:** *Survey*, Cedera Olahraga, Atlet, Rugby

## **ABSTRACT**

**Haris Atha Wardaya**, 2025. *Survey of Sports Injuries in Rugby Athletes in Central Java Province, Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University Surakarta. Supervisors: 1. Dr. Agustanico Dwi Muryadi, S.Pd., M.Pd. II. Dr. Slamet Santoso, S.Pd., M.Pd.*

*Sports injury survey is the process of collecting data and information related to injuries experienced by individuals while exercising. This study aims to determine the causes, types, locations, and nature of injuries experienced by rugby athletes in Central Java.*

*This research is a quantitative study using a descriptive method. The subjects of this study were 50 rugby athletes in Central Java. The data collection technique used a questionnaire distributed online with Google Form media. The instruments were divided into 4 (four) groups, namely: 1. Factors Causing Injury, 2. Location of Injury, 3. Type of Injury, and 4. Nature of injury. The data analysis technique used in this study was descriptive statistical analysis with percentages. This study used 50 rugby athletes in Central Java as a sample consisting of 38 men and 12 women.*

*The results showed that the biggest factor causing injury was exogenous factors (67.6%), the location of injury most often experienced by athletes was the upper extremities (43.6%), the type of injury that often occurred was sprain (40%), and the nature of the injury most often encountered was acute injury (52.6%). Poor conditions of facilities and infrastructure are the main factors in injuries, fingers are the part of the body that is most often injured, the type of injury that is often experienced is a sprain, and the nature of the injury is dominated by acute injuries.*

**Keywords:** *Survey, Sports Injury, Athletes, Rugby*

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGAJUAN JUDUL .....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI .....	iii
PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI .....	iv
PERNYATAAN .....	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	3
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II LANDASAN TEORI .....	7
A. Tinjauan Pustaka .....	7
1. Hakikat Olahraga Rugby .....	7
2. Hakikat Survey .....	23
3. Hakikat Cedera Olahraga .....	25
B. Penelitian yang Relevan .....	56
C. Kerangka Pemikiran .....	58
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	60

A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	60
B. Metode Penelitian.....	60
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	60
D. Teknik Pengumpulan Data.....	61
E. Instrumen Penelitian.....	62
F. Teknik Analisis Data .....	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	64
A. Deskripsi Data.....	64
B. Pembahasan .....	73
BAB V PENUTUP .....	76
A. Kesimpulan .....	76
B. Implikasi .....	77
C. Saran .....	77
DAFTAR PUSTAKA .....	78
LAMPIRAN .....	81

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Permainan Rugby Jaman Dahulu .....	8
Gambar 2. Bola Rugby.....	10
Gambar 3. Lapangan Rugby.....	11
Gambar 4. Gawang Rugby .....	11
Gambar 5. <i>Jersey</i> Rugby .....	12
Gambar 6. Pelindung Gigi.....	13
Gambar 7. Pelindung Kepala.....	13
Gambar 8. <i>Kick Off</i> .....	14
Gambar 9. Mengumpan Bola .....	15
Gambar 10. <i>Knock On</i> .....	16
Gambar 11. <i>Tackle</i> .....	16
Gambar 12. <i>Ruck</i> .....	17
Gambar 13. <i>Maul</i> .....	18
Gambar 14. <i>Scrum</i> .....	19
Gambar 15. <i>Line Out</i> .....	20
Gambar 16. <i>Knock Out</i> .....	49
Gambar 17. <i>Rugby Shoulder Injury</i> .....	51
Gambar 18. <i>Football Finger Injury</i> .....	52
Gambar 19. Cedera ACL.....	54
Gambar 20. Cedera <i>Ankle</i> .....	56
Gambar 21. Bagan Kerangka Pemikiran.....	59
Gambar 22. Histogram Penyebab Cedera .....	66
Gambar 23. Histogram Lokasi Cedera.....	68

Gambar 24. Histogram Jenis Cedera .....	71
Gambar 25. Histogram Sifat Cedera.....	73
Gambar 26. Proses Pengisian Angket Oleh Responden .....	98
Gambar 27. Proses Pengisian Angket Oleh Responden 2 .....	98
Gambar 28. Rangkuman Data Responden .....	99
Gambar 29. Rangkuman Data Penelitian Penyebab Cedera .....	99
Gambar 30. Rangkuman Data Penelitian Jenis Cedera .....	100
Gambar 31. Rangkuman Data Penelitian Lokasi Cedera.....	100
Gambar 32. Rangkuman Data Penelitian Sifat Cedera .....	101
Gambar 33. Foto Bersama Peneliti dengan Responden.....	101

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	62
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian Menurut Jenis Kelamin .....	64
Tabel 3. Data Responden Keseluruhan Menurut Penyebab Cedera .....	65
Tabel 4. Data Responden Keseluruhan Menurut Lokasi Cedera .....	67
Tabel 5. Data Responden Keseluruhan Menurut Jenis Cedera .....	68
Tabel 6. Data Responden Keseluruhan Menurut Sifat Cedera.....	71