


HALAMAN PENGESAHAN PENELITIAN

1) Judul	Analisis Tingkat Cedera Olahraga Atlet Atletik Pra Pora Aceh Tengah
2) Ketua Penelitian a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Ayu Dewi Setyawati, S.Pd., M.Pd.,Gr 3348779680230053 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
3) Anggota 1 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Muhammad Farhan Aulya, S.Pd., M.Pd., Gr 3550777678130173 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
4) Anggota 2 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Nurul Izzati 23104053 S1 Pendidikan Jasmani
5) Anggota 3 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Rahmat Saleh 24104215 S1 Pendidikan Jasmani
6) Anggota 4 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Almudaris 25104015 S1 Pendidikan Jasmani
7) Anggota 5 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Kurnia Wulanda Sari 25104061 S1 Pendidikan Jasmani
8) Anggota 5 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Ahmad Dafa 25104586 S1 Pendidikan Jasmani
9) Waktu Penelitian	24 – 30 Januari 2026
10) Lokasi	Lapangan Musara Alun
11) Biaya yang Diperlukan a. Mandiri b. PT/Yayasan c. Sumber Lain	Rp. 25.000.000.,
Jumlah Dana	Rp. 25.000.000.,

Mengetahui
Ketua LPPM,

Dr. Muhammad Iqbal, M.A
LPPM/IBBG/12038901

Banda Aceh, 21 Januari 2026
Ketua Tim Pengusul,


Ayu Dewi Setyawati, M.Pd.,Gr
NUPTK. 3348779680230053

Menyetujui
Rektor Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh,

Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si. M.Si
IBRG NIDN. 0117126801

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat cedera olahraga, penanganan cedera, serta faktor-faktor penyebab cedera pada atlet atletik Pra PORA Aceh Tengah. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Subjek penelitian berjumlah 14 atlet yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tertutup berbasis skala Likert yang mencakup indikator jenis cedera, penyebab cedera, dampak pasca cedera, pemulihan, pencegahan, dan penanganan pertama cedera. Analisis data dilakukan dengan teknik persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat cedera olahraga atlet atletik Pra PORA Aceh Tengah berada pada kategori sedang sebesar 86% dan kategori kuat sebesar 14%, sementara tidak terdapat atlet pada kategori sangat lemah, lemah, maupun sangat kuat. Cedera yang paling sering dialami bersifat ringan, seperti memar dan kram otot, sedangkan cedera berat seperti fraktur dan dislokasi tidak ditemukan. Faktor penyebab cedera yang dominan meliputi kondisi tubuh yang kurang fit dan kurangnya pemanasan. Dalam hal penanganan, atlet cenderung mengandalkan istirahat total dan sebagian menggunakan metode RICE serta obat-obatan. Upaya pencegahan cedera umumnya sudah dilakukan dengan baik melalui pemanasan, menjaga kondisi fisik, pengaturan gizi, serta penggunaan peralatan yang memadai. Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat cedera atlet masih dalam batas yang dapat dikendalikan, namun tetap diperlukan penguatan program pencegahan dan penanganan cedera secara lebih sistematis untuk menjaga performa dan keberlanjutan latihan atlet.

Kata kunci: cedera olahraga, atlet atletik, Pra PORA.