

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tentang keterikatan hubungan static balance terhadap pemain bola muda yang dilakukan pada bulan April 2020 dengan melakukan pencarian jurnal melalui media elektronik ataupun internet dengan menggunakan rancangan penelitian literature review.

Penelitian ini dilakukan pada jurnal yang menjadi sampel penelitian dalam sebuah penelitian yang telah ditentukan melalui kriteria inklusi dan eksklusi sejumlah jurnal yang di dapatkan. Penelitian ini juga mempunyai tujuan yaitu dengan mencari tahu apakah ada hubungan keseimbangan statis dengan terjadinya resiko pada pemain sepak bola. Pengukuran keseimbangan statis menggunakan flaminggo balance test dan kemudian dilakukan analisa.

IV.1 Karakteristik Subjek Penelitian

Pendeskripsian karakteristik jurnal berupa judul, tahun terbit, penerbit, uji Scimago di sajikan dalam tabel 1 dan 2 sebagai berikut:

Tabel 3 Karakteristik Jurnal Satu

No	Judul	Negara	Tahun Terbit	Penerbit	Uji Scimago	Alamat Link
1	<i>Comparing The Static and Dynamic Balance and Their Relationship with the Anthropometrical Characteristics in the Athletes of Selected Sports</i>	Iran	2015	Middle East Journal of Scientific	On Going	https://www.researchgate.net/publication/263085045_Comparing_the_Static_and_Dynamic_Balances_and_Their_Relationship_with_the_Anthropometrical_Characteristics_in_the_Athletes_of_Selected_Sports
2	<i>Balance and Injury On Football Players</i>	Australia	2014	Internasional Journal	On Going	https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26168148

Farah Ghaniyyah, 2020

LITERATURE REVIEW : Hubungan Static Balance Terhadap Risiko Terjadinya Cedera Pada Pemain Sepak Bola

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

[www.upnvj.ac.id www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

				Sports Med		
3	<i>Balance Training Programs For Soccer Injuries Prevention</i>	Italy	2012	Journal of Human Sport and Exercise	On going	https://www.jhse.ua.es/article/view/2012-v7-n3-balance-training-programs-for-soccer-injuries-prevention/pdf
4	<i>Comparison of Static and Dynamic Balance At Different Levels of Sport Competition In Professional and Junior Elite Soccer Players</i>	Polandia	2018	Journal of Strength and Conditioning Research	On Going	https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29652679

Farah Ghaniyyah, 2020

LITERATURE REVIEW : Hubungan Static Balance Terhadap Risiko Terjadinya Cedera Pada Pemain Sepak Bola

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

[www.upnvj.ac.id www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

5	<i>Relationship Between Functional Assessments and Exercise Related Changes During Static Balance</i>	Virginia	2013	Journal of Strength and Conditioning Research	On Going	https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22692124
---	---	----------	------	---	----------	---

Tabel 4 Karakteristik Jurnal Dua

No	Judul	Tujuan	Metode penelitian	Sampel	
				Jumlah Sampel	Usia
1	<i>Relationship Between Functional Assessments and Exercise Related Changes During Static Balance</i>	Untuk mengetahui adanya perbandingan fungsional dan latihan terkait dalam menentukan hubungan keseimbangan statis	Eksperimental	15 orang	17-30 tahun

2	<i>Comparison of Static and Dynamic Balance At Different Levels of Sport Competition In Professional and Junior Elite Soccer Players</i>	Untuk membandingkan kemampuan statis dan dinamis dalam tingkat perbedaan kompetisi, yaitu dibandingkan dengan pemain sepak bola junior dan senior	Cross sectional	52 orang	U-19 dan U-21
3	<i>Balance Training Programs For Soccer Injuries prevention</i>	Untuk membandingkan dua program latihan keseimbangan yang berbeda berdasarkan perbedaan frekuensi latihan, dengan tujuan meningkatkan kemampuan propioseptif.	Eksperimental	38 orang	17-22 tahun
4	<i>Balance and Injury On Football Players</i>	Penelitian ini adalah untuk mengukur	Eksperimental	216 orang	17 tahun

Farah Ghaniyyah, 2020

LITERATURE REVIEW : Hubungan Static Balance Terhadap Risiko Terjadinya Cedera Pada Pemain Sepak Bola

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

[www.upnvj.ac.id www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

		keseimbangan dan menentukan hubungan dengan cedera yang terjadi selama bermain sepak bola			
5	<i>Comparing The Static and Dynamic Balance and Their Relationship with the Anthropometrical Characteristics in the Athletes of Selected Sports</i>	Penelitian ini memiliki kemampuan untuk membandingkan keseimbangan statis dan dinamis menggunakan antropometri	Eksperimental	15 orang	17 tahun

Farah Ghaniyyah, 2020

LITERATURE REVIEW : Hubungan Static Balance Terhadap Risiko Terjadinya Cedera Pada Pemain Sepak Bola

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

[www.upnvj.ac.id www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

IV.2 Hasil Penelitian:

Berdasarkan dengan jurnal yang sudah dianalisa, hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut:

Tabel 5 Hasil Penelitian

No	Judul	Kendala Penelitian	Durasi	Hasil
1	<i>Balance and Injury On Football Players</i>	Cedera menjadi rentan terhadap keseimbangan, tetapi hubungan ini tidak terlalu signifikan. Keterbatasan yang ada pada penelitian ini adalah data yang tepat pada waktu yang disesuaikan, tetapi setiap atlet yang ditentukan tidak ada. Analisa kekuatan regresi multivariat mengungkapkan bahwa kurang lebih 85% daya mendeteksi signifikan ketika ukuran efek kurang lebih 0,8 tetapi penelitian	Sepeda statis 5 menit Kemudian melakukan peregangan statis selama 2 x 20 detik pada hamstring, gastrocnemius dan quardiceps.	Ditemukan adanya kemampuan keseimbangan yang rendah adalah merupakan salah satu faktor resiko terjadinya cedera pada ligament di area pergelangan kaki. Hubungan kemampuan dan risiko yang terjadi pada cedera adalah untuk pemain sepakbola dengan subjek laki-laki dan menemukan hasil yang sebanding. Selama musim bermainan, para pemain sepak bola yang mempunyai keseimbangan buruk memiliki sekiranya empat

Farah Ghaniyyah, 2020

LITERATURE REVIEW : Hubungan Static Balance Terhadap Risiko Terjadinya Cedera Pada Pemain Sepak Bola

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

[www.upnvj.ac.id www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

		<p>ini kurang kuat untuk mendeteksi. Meskipun penelitian ini memiliki salah satu ukuran sample yang terbesar dari studi kohort prospektif non-intervensi pada kemampuan keseimbangan dan tingkat terjadinya cedera, lebih besar ukuran sample yang diperlukan dalam penelitian masa depan untuk mendeteksi hubungan yang signifikan antara semua faktor resiko dan cedera.</p>	<p>kali jumlah terjadinya cedera pergelangan kaki dari pada pemain yang mempunyai keseimbangan normal. Subjek yang ditemukan adalah adanya kemampuan keseimbangan yang buruk seperti diukur dengan sikap statis yang berjangka waktu pada permukaan yang stabil, dipertahankan hamper dua kali lebih banyak cedera pergelangan kaki daripada atlet dengan keseimbangan yang normal. Keseimbangan bukanlah merupakan salah satu hal yang signifikan dalam terjadinya cedera. Salah satu faktor terjadinya cedera adalah tinggi badan para pemain. Pemain yang lebih tinggi</p>
--	--	--	---

				cenderung beresiko lebih besar dalam terjadinya cedera.
2	<i>Comparing The Static and Dynamic Balance and Their Relationship with the Anthropometrical Characteristics in the Athletes of Selected Sports</i>	Waktu yang sangat singkat dalam melakukan penelitian ini, mengakibatkan kurang maksimal dalam pengambilan data.	5 menit ditambah dengan istirahat	Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemungkinan tentang adanya hubungan keseimbangan dengan pemain bola. Penelitian ini membandingkan pertunjukan statis dan dinamis diantara berbagai macam jenis olahraga. Hasil dari penelitian ini adalah menunjukkan adanya korelasi atau hubungan yang bermakna antara keseimbangan statis. Ini mengartikan bahwa semakin tinggi seseorang maka semakin rendah keseimbangan statisnya. Hasil penelitian ini sesuai dengan

				<p><i>Chaiari et al</i> yang menunjukkan bahwa ketinggian memiliki hubungan yang signifikan dengan pusat Gerakan massa dikedua arah yaitu antara anterior dan posterior. Tetapi hasil ini tidak sesuai dengan hasil dari <i>Berger et al</i>, mereka menyelidiki adanya hubungan ketinggian dengan Gerakan pengatur ayunan tubuh untuk menjaga keseimbangan dengan basis dukungan yang terbatas.</p>
3	<p><i>Balance Training Programs For Soccer Injuries prevention</i></p>	<p>Latihan hanya dilakukan apabila ingin mengikuti kompetisi atau kejuaraan saja.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. drill heading (2 reps, 45 sec per leg) 2. drill leg passing (2 reps, 45 sec per leg) 	<p>Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kedua frekuensi latihan keseimbangan yang berpengaruh dalam meningkatkan keseimbangan untuk kedua tungkai bawah. Meskipun banyak penelitian yang</p>

			<p>3. drill heading and leg passing alternate (1 reps, 1min per leg)</p> <p>4. drill: Control and leg passing (1 reps, 1min per leg)</p>	<p>mengusukan bahwa latihan ini dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan dan mengurangi terjadinya cedera. Spesifiknya adalah adanya pengurangan tingkat cedera pada atlet professional setelah melakukan latihan keseimbangan tersebut. Program ini sudah dilakukan secara bertahap dan di terapkan pada tiga ratus pemain sepak bola yang sehat, dilakukan 20 menit per hari untuk 6 minggu. Hasilnya menunjukkan bahwa kelompok pelatihan hanya 13% terjadinya cedera. Program latihan keseimbangan di papan keseimbangan ini juga dilakukan oleh pemain bol tanyan wanita yang sehat, dan dalam 10 bulan</p>
--	--	--	--	---

				menghasilkan penurunan frekuensi cedera tungkai bawah. Latihan keseimbangan yang spesifik membutuhkan kombinasi keseimbangan kemampuan dan keterampilan sepak bola tertentu, seperti menendang dan sundulan.
4	<i>Comparison of Static and Dynamic Balance At Different Levels of Sport Competition In Professional and Junior Elite Soccer Players</i>	Dalam penelitian ini memungkinkan untuk mengindikasi latihan untuk mengubah postur tubuh dari faktor vestibular dan propioseptif yang dimana kondisi pemain dengan bola memungkinkan untuk mengontrol visual yang lebih baik.	Cross Sectional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil terbaik adalah untuk menggunakan metode mata terbuka dan mata tertutup. Hasil yang lebih baik di peroleh untuk kaki yang tidak memiliki resiko terjadinya cedera. Kategori pro merupakan hasil sensitivitas keseimbangan untuk kaki dominan dan tidak dominan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan keseimbangan yang baik dalam kondisi statis dan

				<p>dinamis untuk kedua kaki yang penting untuk kesuksesan olahraga. Studi sebelumnya menjelaskan bahwa parktek jangka Panjang dalam aktifitas olahraga dengan keterampilan memerlukan keseimbangan tingkat tinggi. Pada penelitian ini juga menemukan bahwa latihan sepak bola jangka panjang dapat memberikan efek yang lebih baik terhadap pemain. Hasil survey ini menunjukkan bahwa postural control membaik dengan adanya tinggak level olahraga dan menunjukkan kemampuan yang lebih dalam sepak bola. Keseimbangan yang mendasari gerakan koordinasi dan korelasi yang signifikan antara</p>
--	--	--	--	---

				keseimbangan dapat meningkatkan kompetensi yang diamat dalam penelitian ini.
5	<i>Relationship Between Functional Assessments and Exercise Related Changes During Static Balance</i>	Kendala dalam penelitian ini adalah waktu yang ditentukan tidak sesuai dengan hasil yang diinginkan.	Squat jumps 10 repetisi, treadmill walking.	Kinerja keseimbangan statis menurun setelah melakukan latihan seperti yang ditujukan untuk perubahan dalam tindakan keseimbangan. Peserta rata-rata mengalami hasil yang kurang signifikan dalam melakukan latihan, walaupun hasil yang didapatkan tidak begitu terlalu sesuai. Gerakan fungsional tidak terkait dengan perubahan keseimbangan statis sebelum dan sesudah Latihan dan karena itu tidak mudah diketahui mana yang

				lebih besar dan lebih kecil dalam terjadinya cedera.
--	--	--	--	--

