

LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN DYNAMIC BALANCE TERHADAP TERJADINYA RESIKO CEDERA PADA PEMAIN SEPAK BOLA

Nabilla Fitria Emily

Abstrak

Tujuan: Keseimbangan dinamis telah sedikit diselidiki atau diteliti di sepak bola, terutama dalam hal pemain elit dan yang lebih penting, saat ini tidak diketahui apakah ada hubungan antara kemampuan keseimbangan statis dan dinamis. Penulisan karya ilmiah ini dilakukan dengan tujuan, untuk mengetahui hubungan keseimbangan terhadap risiko terjadinya cedera pada pemain sepak bola dan untuk memahami hubungan latihan FIFA 11+ pada keseimbangan dinamis pada pemain bola. **Metode:** Metode yang dilakukan pada penelitian ini dengan menggunakan metode *literature review*. Sumber data yang ada dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan beberapa database seperti Google Scholar, PubMed, Science Direct. Dari hasil pencarian literatur terdapat 3 artikel dan jurnal yang memenuhi kriteria inklusi. Sumber penilaian metodologi 3 artikel dengan Scimago Journal & Country Rank (SJR) dan analisa jurnal menggunakan kesesuaian metode penelitian, topik yang digunakan, parameter, dan hasil setiap artikel. **Hasil:** Setelah dilakukan telaah dengan literatur sebanyak 3 artikel menunjukkan bahwa *dynamic balance* dapat mengurangi risiko terjadinya cedera pada pemain sepak bola. **Kesimpulan:** Adanya hubungan *dynamic balance* pada terjadinya cedera terhadap pemain sepak bola yang signifikan.

Kata Kunci: Keseimbangan Dinamis, Cedera, Pemain Sepak Bola

LITERATURE REVIEW: RELATIONSHIP OF DYNAMIC BALANCE AGAINST RISK OF INJURY TO SOCCER PLAYERS

Nabilla Fitria Emily

Abstract

Objective: Dynamic balance has been little investigated or scrutinized in football, especially in the case of elite players and more importantly, it is currently unknown whether there is a relationship between static and dynamic balance abilities. The writing of this scientific work was carried out with the aim, to find out the relationship of balance to the risk of injury to soccer players and to understand FIFA 11+ training relationships on dynamic equilibrium for soccer players. **Method:** The method used in this research is using the literature review method. The data source in this research is to use several databases such as Google Scholar, PubMed, Science Direct. From the literature search results there are 3 articles and journals that meet the inclusion criteria. The source of the assessment methodology is 3 articles with Scimago Journal & Country Rank (SJR) and journal analysis using the appropriateness of research methods, topics used, parameters, and the results of each article. **Results:** After a review of the literature with 3 articles shows that dynamic balance can reduce the risk of injury to soccer players. **Conclusion:** There is a dynamic balance relationship between the occurrence of injury to a significant soccer player.

Keywords: Dynamic Balance, Injury, Soccer Players