

**PENGARUH *PLYOMETRIC EXERCISE* TERHADAP RISIKO
TERJADINYA CEDERA PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB COBERS
KARTASURA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
pada Program Studi DIV Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

**ROYITA AZHCA ARDHANIA
E2019036**

**PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENGARUH *PLYOMETRIC EXERCISE* TERHADAP RISIKO
TERJADINYA CEDERA PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB COBERS
KARTASURA**

SKRIPSI



Oleh:

ROYITA AZHCA ARDHANIA
E2019036

**PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENGARUH *PLYOMETRIC EXERCISE* TERHADAP RISIKO
TERJADINYA CEDERA PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB COBERS
KARTASURA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
pada Program Studi DIV Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

Oleh:

**ROYITA AZHCA ARDHANIA
E2019036**

**PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul:

PENGARUH *PLYOMETRIC EXERCISE* TERHADAP RISIKO TERJADINYA CEDERA PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB COBERS KARTASURA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Mei 2023



Royita Azhca Ardhania
NIM.E2019036

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitasi akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Royita Azhca Ardhanisa

NIM : E2019036

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh *Plyometric Exercise* Terhadap Risiko Terjadinya Cedera pada Pemain Bola Voli Club Cobers Kartasura.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*NonExclusive Royalty Free Right*) Kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 29 Mei 2023

Yang Menyatakan



PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH *PLYOMETRIC EXERCISE* TERHADAP RISIKO TERJADINYA CEDERA PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB COBERS KARTASURA

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada sidang skripsi Program Studi
Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 22 Mei 2023

Pembimbing



Cahyo Setiawan, S.Ftr., M.K.M.
NIDN.0625109601

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis
NIDN.0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

**PENGARUH *PLYOMETRIC EXERCISE* TERHADAP RISIKO
TERJADINYA CEDERA PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB COBERS
KARTASURA**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diajukan pada ujian sidang Skripsi pada tanggal 24 Mei 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Mei 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis
NIDN. 0615059502

(.....)

2. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0627088801

(.....)

3. Cahyo Setiawan, S.Ftr., M.K.M
NIDN. 0625109601

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis
NIDN. 0615059502

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh *Plyometric Exercise* terhadap Risiko Terjadinya Cedera pada Pemain Bola Voli Club Cobers Kartasura” dengan lancar. Penulis mengucapkan terimakasih. Kepada:

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Ibu Sri Kustiyati, SSt., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Bapak Cahyo Setiawan, S.Ftr., M.K.M. selaku pembimbing yang selalu memberi bimbingan dan dengan sabar serta motivasi sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Diri saya, yang sudah kuat dan sabar dalam mengerjakan tugas akhir ini.
6. Kedua orang tua saya dan adek saya yang selalu mendo'akan, memberi dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Besti saya “Mahasiswa Rajin Aamiin” yaitu Litsul, Menus, Ipin yang telah memberi dukungan yang tiada henti
8. Teman-teman DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2019.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga berbagai kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan skripsi skripsi ini memberikan manfaat bagi teman sejawat fisioterapi dan lembaga kesehatan.

Surakarta, 10 Mei 2023

Penulis