

**MEKANISME CEDERA OTOT PADA
OLAHRAGAWAN**

KARYA TULIS ILMIAH

*Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*



Disusun Oleh :

AGUS INDIYATNO

97310107

970051071803120102

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2002

616-74 OTOT -- LODEKA -

719
M
C1

ps / tk / uny / 2008. 16-4-08. — Habiah Purnawati



HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah
(Kepustakaan)

MEKANISME CEDERA OTOT PADA OLAHRAGAWAN

Di Susun Oleh:

AGUS INDIYATNO

97310107

Telah diseminarkan tanggal 3 April 2002

Dan disetujui oleh

Dosen Pembimbing dan Penguji



dr.H.Zaenal Muttaqien

Mengetahui

Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya tulis ilmiah ini kupersembahkan teruntuk :

- ❖ Ayahanda Buang Dikun dan Ibunda Rusti Suratmojo Tercinta**
- ❖ Mba Sani, mas Machmud, mas Firman, dan mba Friska Tersayang**
- ❖ Keponakan-keponakanku, Mutazaki dan Mutiah Tersayang**
- ❖ Iai yang kusayangi s'lalu hadir dalam lubuk hatiku**

MOTTO

Masalah dalam kehidupan bukan untuk dihindari tetapi dihadapi dengan ketabahan dan kesungguhan hati. Karena dibalik itu semua ada pelajaran yang berharga untuk lebih siap menghadapi rintangan hari esok untuk menuju kemenangan.

*Dan Dia akan memberinya rezeki dari arah yang tidak ia duga-duga. Dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah, niscaya Dia akan mencukupkan (keperluannya). Allah melaksanakan urusa-Nya. Sesungguhnya Allah mengadakan ketentuan (ukuran) bagi tiap-tiap sesuatu.
(Qs. Ath Thalaq : 3)*

*Sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu dengan ukuran.
(Qs. Al Qamar : 49)*

*Sesungguhnya telah Kami mudahkan (Al-Quran) bagi manusia untuk menjadi pelajaran. Apakah ada orang yang mengambil pelajaran?
(Qs. Al Qamar : 32)*

1900

... ..
... ..
... ..

... ..
... ..
... ..

... ..
... ..

... ..
... ..

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrahim

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa telah membuka pintu rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul “ *Mekanisme cedera otot pada olahragawan* ” ini dapat terselesaikan.

Adapun tujuan dari penyusunan karya tulis ilmiah ini adalah sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Dan pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan dan ketulusan hati penulis menghaturkan terimakasih atas bantuan dan dukungan kepada :

1. Prof. Dr. H. Achmad Mursyidi, M.sc., Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr.H.Erwin Santoso, Sp.A.,M.Kes., Selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Dr.H.Zaenal Muttaqien, Selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Prof. Dr. H. Soedjono Aswin, Ph.D., Selaku dosen mata kuliah metodologi penelitian.

5. Dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes., selaku dosen pembimbing akademik atas segala bimbingan, dan saran serta nasehat selama penulis menempuh study.
6. Seluruh Staf Tata Usaha dan Karyawan Fakultas Kedokteran UMY.
7. Yessy Octaviana, yang dengan penuh kesabaran dan kasih sayang memberikan dukungan dan semangat hingga selesainya karya tulis ilmiah ini.
8. Sahabat karibku, Nurhaedah, Diah, Diana, Husni, Herdi, Ari, Fachrurrozi, Roni, Yuyut, yang selalu memberi dorongan dan semangat kepada penulis.
9. Teman-temanku angkatan 97 di fakultas kedokteran UMY.
10. Seluruh keluarga yang telah membantu dengan doa dan dukungan moril maupun material, sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan.

Di dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangatlah diharapkan guna perbaikan di masa yang akan datang dan menambah wawasan dan pengembangan ilmu yang telah diperoleh selama ini.

Akhir kata diharapkan semoga karya tulis ilmiah ini dapat diambil manfaatnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wa'ala...

BAB II PEMBAHASAN

II.1. Mekanisme Cedera	12
II.1.1. Cedera Otot Pada Batang Tubuh	13
II.1.2. Cedera Otot Pada Extremitas Atas	14
a. Cedera Rotator Cuff	14
b. Swimmer's Shoulder	16
c. Tennis Elbow	17
d. Golfer's Elbow	18
II.1.3. Cedera Otot Pada Extremitas Bawah	19
a. Cedera Hamstring	19
b. Rider's Strain	20
c. Shin Splint	20
II.2. Diagnosis Pencitraan	21
II.3. Reaksi Tubuh Terhadap Cedera	22

BAB III KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	24
B. Saran	24

INTISARI

Pada tahun 1987 tercatat oleh biro pusat statistik sebanyak 32.811.173 orang Indonesia yang melakukan olahraga (kuntaraf, 1992). Seiring dengan meningkatnya jumlah orang yang melakukan olahraga, juga tak luput dari masalah-masalah medis yang timbul selama melakukan olahraga. Cedera otot berupa strain otot merupakan masalah-masalah dalam olahraga yang banyak terjadi, yaitu 45,2%.

Cedera otot merupakan kejadian dari cedera olahraga yang sering terjadi, walaupun sebagian cedera otot dapat sembuh dengan sendirinya, akan tetapi kurangnya perhatian dan rehabilitasi dapat mengakibatkan cedera yang lebih lanjut.

Berbagai macam cedera yang terjadi pada otot, sangat berhubungan dengan olahraga apa yang dilakukan dan juga bagian tubuh mana yang digunakan, seperti pada olahraga lari atau sepakbola, cedera sering terjadi pada ekstremitas bawah, dan pada tenis lapangan, cedera sering terjadi pada tangan, kemungkinan cedera pada bagian tubuh lain karena alat yang dipakai atau lingkungan sekitar.

Cedera yang dialami oleh para olahragawan disebabkan karena kurangnya persiapan waktu akan melakukan olahraga antara lain pemanasan yang kurang, perancangan yang tidak tepat, dan latihan yang tidak tepat.