

**RESPON PSIKOLOGIS PADA ATLET FUTSAL YANG
MENGALAMI CEDERA ACL (*Anterior Cruciate Ligament*)**



Skripsi

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Dosen Pembimbing : Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi

Disusun Oleh :

Yozhy Wihandaru

NIM :11710072

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2017

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yozhy Wihandaru

NIM : 11710072

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul **“Respon Psikologis Atlet Futsal yang Mengalami Cedera ACL”** merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain.

Apabila dikemudian hari terbukti ada penyimpangan dalam penyusunan penelitian ini, atau ada hal-hal yang melanggar kode etik, maka saya selaku peneliti dan penulis bersedia menerima konsekuensi yang ada.

Yogyakarta, 7 Maret 2017

Yang menyatakan,



Yozhy Wihandaru
NIM. 11710072

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Kepada :

Dr. H. Mochammad Sodik, MA
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah memeriksa, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Yozhy Wihandaru
NIM : 11710072
Prodi : Psikologi
Judul : Respon Psikologis Atlet Futsal yang Mengalami Cedera ACL

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora program studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Psikologi.

Dengan ini kami mengharapkan agar skripsi atau tugas akhir saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 7 maret 2017
Pembimbing,



Nuristighfari Masri Khaerani, M.Psi.
NIP. 19761028200912 2 001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-123/Un.02/DSH/PP.00.9/05/2017

Tugas Akhir dengan judul : RESPON PSIKOLOGIS ATLET FUTSAL YANG MENGALAMI CEDERA
ACL(Anterior Cruciate Ligament)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : YOZHY WIHANDARU
Nomor Induk Mahasiswa : 11710072
Telah diujikan pada : Rabu, 29 Maret 2017
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi
NIP. 19761028 200912 2 001

Penguji I

Pihasnawati, S. Psi, M.A
NIP. 19741117 200501 2 006

Penguji II

Satih Saidiyah, Dipl Psy. M.Si.
NIP. 19760805 200501 2 003

Yogyakarta, 29 Maret 2017

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

DEKAN



Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
NIP. 19680416 199503 1 004

MOTTO

Janganlah kamu berputus asa

Dan

Lakukan yang terbaik sekarang

**“Dengan menyebut nama Allah yang Maha
Pengasih lagi maha Penyayang”
(QS 1:1)**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini, aku persembahkan kepada :

**Kedua orang tuaku,
Bapak Sumadiyono dan Ibu Laminem tercinta**

**Kedua saudaraku,
Mas Yordan Hermanto & Adikku Yesa Tasaka Hitna Rajif Sanjaya**

**Sahabat-sahabatku,
Almamaterku, UIN Sunan Kalijaga**

Serta

**semua pembaca karya saya ini,
Semoga banyak ilmu dan hikmah yang kalian dapat dari setiap
lembarannya**

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah. Segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah menganugerahkan rahmat, Hidayah dan Karunia-Nya sehingga peneliti bisa menyelesaikan kewajiban terakhir sebagai Mahasiswa. Terimakasih ya Allah untuk semua yang Engkau anugerahkan kepadaku.

Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Pihak yang selalu ada di samping peneliti. Dikesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan rasa terimakasih yang dalam dan tulus kepada:

1. Bapak Dr. H. Muchamad Sodik, M.A selaku dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga
2. Bapak Dr. Mustadin sebagai KaProdi dan biro skripsi Psikologi UIN Sunan Kalijaga yang telah memberi bantuan, dukungan dan kelancaran dalam mengurus setiap persyaratan tugas akhir kami
3. Bapak Muhammad Johan Nasrul Huda, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang selalu meluangkan waktu untuk membimbing kami dari awal hingga akhir menempuh pendidikan di UIN Sunan Kalijaga
4. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan kepada peneliti sejak proses awal hingga akhir skripsi ini. Terimakasih untuk waktu dan ilmu yang luar biasa yang selalu ibu bagi untuk terselesaikannya penelitian ini.

5. Ibu Pihasniwati, M.A., Psikolog sebagai dosen pembahas dan penguji I yang telah memberikan ide, saran dan kritik sehingga penelitian ini menjadi lebih baik
6. Ibu Satih Saidiyah, Dipl Psy. M.Psi sebagai dosen pembahas dan penguji II yang telah memberikan ide, saran dan kritik sehingga penelitian ini menjadi lebih baik
7. Segenap dosen Prodi Psikologi terimakasih untuk ilmu dan segala kebaikan yang telah Bapak dan Ibu berikan kepada peneliti.
8. Kepada bapak Kamto selaku TU yang selalu membantu kami mengurus administrasi.
9. Kepada semua subjek Diki, Diko, Agus, dan Adit terimakasih telah bersedia berbagi pengalaman. Terimakasih untuk keikhlasan waktu, kejujuran dan juga kebaikan yang telah kalian berikan kepada peneliti.
10. Kepada bapak dan ibu yang selalu memberikan doa dan restu untuk peneliti. Terimakasih atas kepercayaannya selama ini.
11. Untuk Kamalia Agustin, dan Medina Nayyara Hermanto yang banyak memberiku semangat mengerjakan skripsi.
12. Untuk teman-teman di klub dan UKM, kalian teman yang sangat istimewa. Kalian banyak memberiku pengalaman dan prestasi untuk keluarga UIN Sunan Kalijaga di olahraga futsal.
13. Mas Adib, Mbak Katrin, Mas Yunan, Mas Ipul terimakasih-terimakasih untuk semuanya. Pengalaman ini tidak akan peneliti lupakan

14. Teman Psikologi (Psikologi 2011) terimakasih sudah menjadi sahabat dalam mencari ilmu dan pengalaman.
15. Untuk Teman pemuda di Jogomangsan terima kasih telah memberikan wadah bagi saya untuk bisa berorganisasi di dusun kita tercinta.
16. Teman ngopi terima kasih untuk meluangkan waktunya membantu memberikan ide dan pengalaman dalam mengerjakan skripsi saya.
17. Semua pihak yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini

Semoga penelitian ini dapat memberikan banyak manfaat. Semoga Allah membalas kebaikan semua pihak dalam penyelesaian skripsi ini. Aamiin.aamiin..semoga Allah mengabulkan. Aamiin.

Yogyakarta, 7 Maret 2017
Peneliti,

Yozhy Wihandaru
NIM. 11710072

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
INTISARI	xviii
ABSTRACT	xix
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II. DASAR TEORI.....	20
A. Atlet Futsal	20

1. Pengertian Atlet.....	20
2. Atlet Futsal.....	20
3. Pengertian Futsal.....	21
4. Resiko Cedera Futsal.....	24
a. Macam-macam cedera futsal.....	26
5. Cedera ACL	28
a. Pengertian ACL.....	28
b. Tingkat Cedera ACL	29
B. Respon Psikologis Cedera.....	31
1. Pengertian	31
2. Faktor yang mempengaruhi Respon psikologis cedera.....	36
C. Pertanyaan Penelitian.....	38
BAB III. METODE PENELITIAN	39
A. Pendekatan Penelitian	39
B. Subjek Penelitian.....	40
C. Metode Pengumpulan Data.....	41
1. Wawancara.....	41
2. Observasi.....	42
3. Dokumen.....	42
D. Metode Analisis Data.....	43
E. Keabsahan Data.....	44

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	46
1. Orientasi kacah.....	46
2. Persiapan Penelitian	46
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	48
C. Hasil Penelitian	49
1. Subjek Adit	49
a. Profil	49
b. Respon Psikologis Cedera.....	51
c. Faktor Respon Psikologis Cedera	60
d. Faktor kembali ke Berolahraga	62
2. Subjek Diki.....	64
a. Profil.....	64
b. Respon Psikologis Cedera.....	66
c. Faktor Respon Psikologis Cedera	74
d. Faktor kembali Berolahraga.....	76
D. Pembahasan.....	79
1. Atlet Futsal	79
2. Respon Psikologis Cedera.....	81
3. Faktor Respon Psikologis Cedera	88
4. Faktor kembali Berolahraga	90

BAB V. PENUTUP.....	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA	98
DAFTAR LAMAN	103



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Diri Subjek.....	46
Tabel 2. Rincian Proses Pengumpulan Data Adit	48
Tabel 3. Rincian Proses Pengumpulan Data Diki	49



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Respon Psikologis Adit	92
Gambar 2. Respon Psikologis Diki	93
Gambar 3. Respon Psikologis Cedera ACL	94



DAFTAR LAMPIRAN

1. Pedoman Wawancara.....	104
a. Pedoman Wawancara <i>autoanamnesa</i>	105
b. Pedoman wawancara <i>alloanamnesa</i>	106
2. Transkrip Verbatim Wawancara	107
a. Wawancara 1 Subjek 1 (Adit).....	108
b. Wawancara 2 Subjek 1 (Adit).....	125
c. Wawancara 3 Subjek 1 (Adit).....	130
d. Wawancara 2 Subjek 2 (Diki).....	135
e. Wawancara 3 subjek 2 (Diki).....	143
f. Wawancara 4 subjek 2 (Diki).....	151
g. Wawancara 1 <i>alloanamnesa</i> 1 (AD).....	155
h. Wawancara 1 <i>alloanamnesa</i> 2 (DM)	157
3. Hasil Observasi	161
a. Observasi 1 Subjek 1 (Adit).....	162
b. Observasi 2 Subjek 1 (Adit).....	164
c. Observasi 3 Subjek 1 (Adit).....	166
d. Observasi 1 Subjek 2 (Diki).....	167
e. Observasi 2 subjek 2 (Diki)	168
f. Observasi 3 subjek 2 (Diki)	169
g. Observasi 4 subjek 2 (Diki)	170
4. Koding.....	171

a. Koding Subjek 1 (Adit).....	172
b. Koding subjek 2 (Diki)	183
5. Informed Consent.....	194



INTISARI

RESPON PSIKOLOGIS ATLET FUTSAL YANG MENGALAMI CEDERA

ACL(Anterior Cruciate Ligament)

Yozhy Wihandaru | 11710072

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih dalam mengenai respon psikologis atlet futsal yang mengalami cedera ACL. Penelitian ini mengambil fokus selama atlet mengalami cedera, dan alasan yang membuat atlet tetap ingin kembali ke dunia futsal. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 2 atlet futsal yang mengalami cedera ACL. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-fenomenologis dan pengambilan data dilakukan dengan metode observasi dan wawancara. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa respon psikologis cedera berdasarkan temuan lapangan ialah penyangkalan, tawar-menawar, depresi, penerimaan diri, dan emosi negatif berupa perasaan kecewa, perasaan bersalah, dan putus asa. Aspek yang muncul dari tahapan-tahapan respon psikologis cedera setiap informan berbeda-beda. Alasan yang membuat partisipan tetap ingin kembali bermain futsal pasca cedera ialah : futsal menambah teman, *passion* dari kecil, mempunyai pengalaman yang ingin dibagikan ke junior, membanggakan orang tua, dan ingin menjaga kebugaran. Partisipan juga menyadari bahwa pasca cedera ini mereka tidak akan bisa bermain futsal seperti saat sebelum cedera.

Kata kunci : *Respon psikologis, ACL atlet futsal.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

PSYCHOLOGICAL RESPONSE FUTSAL ATHLETES THAT HAVE AN ACL INJURIES (anterior cruciate ligament)

Yozhy Wihandaru

11710072

This study aims to find out more about the psychological response of futsal athletes who have ACL injury. This research takes focus during athletes are injured, and the reasons that keep athletes want to return to the world of futsal. Participants in this study consisted of 2 futsal athletes who had ACL injury. This research uses qualitative-phenomenological approach and data retrieval is done by observation and interview method. The results of this study indicate that the psychological response to injury based on field findings is denial, bargaining, depression, self-acceptance, and negative emotions of feelings of disappointment, guilt, and despair. Aspects that arise from the stages of the psychological response to injury to each informant are different. The reasons that keep the participants wanting to play futsal after the injury are: futsal add friends, passion from small, have experience to share to junior, boast of parents, and want to keep fit. Participants also realize that after this injury they will not be able to play futsal like before the injury.

Keywords: *psychological response, futsal athlete ACL*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktifitas fisik yang memiliki tujuan tertentu dan dilakukan dengan aturan-aturan tertentu secara sistematis seperti adanya peraturan waktu, target, denyut nadi, jumlah pengulangan gerakan dan lain-lain dilakukan dengan mengandung unsur rekreasional serta memiliki tujuan khusus tertentu. Berolahraga secara teratur dapat mempertahankan memberi rangsangan kepada semua sistem tubuh sehingga dapat mempertahankan tubuh tetap dalam keadaan sehat (Irwansyah, 2006).

Selain dari kondisi tubuh yang tetap dalam kondisi sehat, olahraga juga berdampak pada kondisi psikologis. Watson (1992) menyatakan bahwa struktur anatomis-anthropometris dan fungsi fisiologisnya, stabilitas emosional dan kecerdasan intelektualnya maupun kemampuannya bersosialisasi dengan lingkungannya nyata lebih unggul khususnya pada generasi muda yang aktif mengikuti kegiatan olahraga daripada yang tidak aktif mengikutinya. Hal tersebut juga berlaku bagi para dewasa dan lanjut usia yang aktif dalam olahraga.

Olahraga yang baru beberapa tahun ini sangat marak di Indonesia adalah olahraga futsal, hal ini menarik karena orang yang tidak cukup waktu pada siang hari untuk bermain sepakbola dapat menyalurkan

keinginannya dengan bermain olahraga futsal pada malam hari dengan kondisi lapangan yang berada didalam ruangan dan juga diberikan penerangan. Sesuatu yang susah ditemukan dalam olahraga sepakbola (Sahda Halim, 2009).

Pada tahun 2002 olahraga futsal mulai masuk ke Indonesia dan setiap tahunnya mengalami peningkatan peminat untuk menggeluti olahraga futsal ini. Menurut Aditya(2009) peningkatan peminat futsal di Yogyakarta dapat dilihat dari hasil survey yang didapat dari kantor Gedung Olah Raga Kridosono & kolam renang Umbang Tirta. Animo masyarakat Yogyakarta terhadap olahraga futsal sangat besar, terbukti pada bulan Februari – April 2008 dari 133 jam yang disewakan Gedung Olah Raga *sport hall* Kridosono, rata-rata 79 jamnya digunakan untuk olahraga futsal.

Banyaknya peminat futsal yang ada, menjadikan banyak bermunculan atlet-atlet muda yang menjadikan olahraga futsal sebagai pilihan hobi maupun profesi. Atlet berasal dari bahasa yunani *athlos* yang berarti kontes adalah orang yang ikut serta dalam suatu kompetisi olahraga kompetitif (<http://id.wikipedia.org/wiki/atlet,20> mei2013). Turnamen yang besar banyak digelar mulai dari tingkat SMA sampai umum, dengan hadiah yang tertinggi pada liga profesional 250 juta untuk juara 1, dan tingkat liga amatir dengan total hadiah 25 juta (bolalob.com).

Salah satu isu penting yang kemudian mengemuka terkait perkembangan olah raga futsal adalah mengenai cedera yang dialami oleh para atletnya.

Orchad dan Seward (2002) mendefinisikan cedera sebagai

any physical or medical condition that prevents a player from participating in a match or training session.

Cedera mengakibatkan perubahan secara fisik atau medis pada atlet seperti terjadinya pendarahan, bengkak, dan patah tulang. Cedera yang dialami, atlet akan mengalami rasa sakit yang mengakibatkan ia tidak dapat mengikuti pertandingan atau sesi latihan bahkan hingga harus berhenti untuk tidak berolahraga kembali. Cedera pada olahraga merupakan suatu keadaan patologis dan disebabkan oleh ketidakseimbangan 3 faktor, yaitu *factor host* (atlet sendiri) yaitu: 1) atlet tidak menggunakan perlengkapan olahraga yang memadai, dan kurang pemanasan. 2) *agent* (kegiatan yang berhubungan dengan olahraga) yaitu jenis olahraga yang memaksa untuk memunculkan cedera, seperti tinju, dan pencak silat. 3) *environment* (lingkungan) yaitu lingkungan olahraga yang tidak aman digunakan.

Cedera olahraga juga dapat terjadi karena pengaruh dari luar (*body contact*, dan kesalahan memilih alat olahraga), pengaruh dari dalam (koordinasi otot dan sendi yang tidak sempurna) serta pemakaian yang berlebihan/*overuse* (James W et al. 1992). Berdasarkan data Kementerian Pemuda dan Olahraga (Kemenpora) mengenai kajian penatalaksanaan

cedera olahraga pada olahragawan tahun 2010 ditemukan dari 113 responden, terdapat sebagian besar (92%) kejadian cedera olahraga pada atlet terjadi pada saat latihan.

Cedera yang paling banyak dialami oleh atlet futsal serupa dengan cedera yang dialami oleh atlet sepakbola yaitu pada bagian tubuh yang sering digunakan yaitu pada ekstremitas bawah seperti *strain*(regangan), *sprain*(keseleo), luka, dan *fracture*(patah tulang) pada bagian tubuhnya. Hasil penelitian Emrah Atay (2014), menunjukkan bahwa angka kejadian cedera pada atlet sepak bola usia dini disebutkan; cedera pada leher 10,1 %, bahu kanan 7,7%, bahu kiri 1,8%, bahu kanan dan kiri 1,8%, siku kanan 3,6%, siku kiri 3,0% siku kanan dan kiri 1,2%, pergelangan tangan kanan 8,9 %, pergelangan tangan kiri 5,4%, pergelangan tangan kanan dan kiri 1,8%, punggung 4,8%, pinggang 4,2%, panggul 1,8%, lutut 11,8%, dan sendi engkel 21 %.

Dari data tersebut, persentase cedera fisik terbanyak terjadi pada bagian lutut dan *ankle*. Cedera fisik yang dialami dapat mengakibatkan terganggunya sistem *muskulosletal* yang meliputi otot, tulang, sendi, tendon, *ligamentum*(ligamen) serta jaringan ikat yang mendukung dan mengikat jaringan dan organ bersama-sama (Spinder & Rick, 2007). Salah satu cedera yang diakibatkan dari serangkaian kegiatan tersebut adalah *rupture anterior cruciatum ligament* (ACL).

Ruptur adalah robeknya atau koyaknya jaringan yang di akibatkan karena trauma/benturan (Dorland, 2002). *Anterior cruciatum ligament*(ACL) adalah salah satu dari empat *ligament* utama di dalam lutut yang menghubungkan tulang tibia dan femur. Fungsi utama *ligament* ini adalah untuk mencegah tulang tibia bergeser ke arah depan dari tulang femur dan untuk mengontrol gerakan rotasi dari lutut. Oleh karena itu, ruptur ACL dapat mengakibatkan sendi lutut menjadi tidak stabil sehingga tulang tibia dapat bergerak secara bebas.

Cedera ini umumnya terjadi pada olahraga yang melibatkan gerakan-gerakan *zig-zag*, melompat, mendorong, mengayun, perubahan arah gerak secara cepat, dan perubahan kecepatan yang mendadak seperti sepak bola, basket, bola voli, dan futsal. *Anterior Cruciatum Ligament* (ACL) merupakan tempat yang paling sering terkena cedera. Hal ini dapat disebabkan karena kontak langsung maupun kontak tidak langsung pada lutut. Kontak langsung dapat terjadi karena adanya gaya dari samping atau luar seperti benturan langsung ke lutut. Kontak tidak langsung terjadi tanpa adanya kontak langsung ke lutut seperti mendarat setelah melompat dengan lutut hiperekstensi dengan rotasi panggul dan kaki yang berlebihan (Bjordan, 2007).

Atlet yang mengalami cedera pada *ligament* harus mendapatkan perawatan yang sesuai. Jika dalam penanganan cederanya tidak segera

dilakukan maka akan semakin parah. Cedera yang dirasakan tidak hanya memunculkan rasa sakit pada dirinya akan tetapi memunculkan respon psikologis setelah mengalami cedera. Cedera tidak hanya mencakup kemampuan jasmaniah saja, tetapi juga berhubungan dengan aspek psikologis.

Dalam situasi yang sama, cedera pada atlet akan memberikan respon pada dirinya diantaranya stress, takut akan kambuh dari rasa sakit cedera, merasa kehilangan, emosi negatif, dan perasaan kacau lainnya. Dari respon psikologis ini atlet akan membutuhkan waktu lama untuk bisa mengatasi rasa takutnya untuk kembali ke lapangan, bahkan banyak atlet yang setelah mengalami cedera tidak ingin kembali ke lapangan akibat trauma yang dialami (Sparkes, 2000; Verger, 2006; Naoi & Ostrow, 2008). Pada atlet yang mengalami cedera, secara umum membutuhkan proses rehabilitasi, *recovery*, dan dukungan sosial (Klenk, 2006), dimana keluarga dan teman dekat menjadi dukungan sosial yang penting pada saat pemulihan.

Berdasarkan penuturan DM (20 Tahun), partisipan yang mengalami cedera ligamen di lutut mengungkapkan pada peneliti :

“awalnya saya ga percaya kalo kena cedera ACL mas, sampai beberapa hari tu kepikiran gimana ini kalo ga bisa sembuh. Tapi karena orang tua dan diko yang selalu kasih semangat, saya jadi bisa tetep fokus bahwa saya bisa sembuh. Untuk saat ini saya fokus kuliah dan kerja dulu mas, walaupun kalo kuliah sama kerja terus tu bikin bosen, yah saya pengen segera

operasi biar bisa main lagi mas, bosen e mas kalo ga futsal tu rasanya kayak monoton kalo ga bisa main futsal”

Respon yang dialami partisipan diatas menunjukkan respon psikologis berupa penyangkalan, setelah mengalami cedera berupa rasa takut jika tidak bisa pulih dan tidak bisa bermain kembali. Selama Diki cedera mendapatkan dukungan dari keluarganya untuk tetap semangat kuliah, tetapi Diki merasakan kejenuhan selama menjalani perkuliahannya dan ingin segera operasi. Diki berharap setelah menjalani operasi dia akan bisa sembuh dari cedera dan bermain futsal kembali.

Wiese-Bjornstal, Smith, & Lamott (1995), mengemukakan bahwa respon psikologis yang muncul setelah mengalami cedera pada atlet secara garis besar ada tiga yaitu respon secara kognitif, perilaku, dan emosinya. Sedangkan Klenk (2006) mengungkapkan bahwa respon psikologis yang muncul setelah trauma yang dialami atlet seperti rasa takut jika terjadi *relaps*, kurang percaya diri, marah dan sedih adalah salah satu respon emosi dalam diri atlet. Respon emosi tersebut adalah respon negatif dari trauma yang telah dialami atlet pada dirinya. Wiese-Bjornstal (1998) juga mengemukakan bahwa respon emosi dan perilaku yang muncul berasal dari nilai kognisi atlet (*cognitive appraisals*).

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, tidak sedikit atlet yang telah mengalami cedera ACL memilih untuk berhenti dari dunia olahraga karena cedera yang sering kambuh. Salah satu Atlet Indonesia

yang memutuskan pensiun akibat cedera adalah Maria Kristin Yulianti pemain bulu tangkis no. 1 Indonesia yang pensiun akibat cedera ACL di lutut kanan (Antaranews.com). Para atlet futsal yang telah mengalami cedera ACL lebih banyak memilih untuk berhenti walaupun ada juga yang tetap memberanikan diri bermain futsal lagi. Atlet futsal yang memilih untuk berhenti biasanya mempertimbangkan masalah biaya yang mahal dan proses penyembuhan yang lama. Pemulihan yang dilakukan pasca cedera yang cukup lama, dimana atlet yang menjalani pemulihan pasca operasi selama 2-3 minggu akan menggunakan tongkat, *Brace* digunakan 2-3 bulan, berjalan naik turun tangga setelah 3 bulan, dan *jogging* dilakukan setelah 4 bulan, olah raga seperti biasa setelah 6 bulan (Mitrakeluarga.com). Selain waktu yang lama dalam pemulihan, biaya yang diperlukan juga cukup mahal berkisar antara 50 juta rupiah. Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana respon psikologis pada atlet futsal saat mengalami cedera ACL (*Anterior Cruciatum Ligament*).

B. Rumusan Masalah

Dari pemaparan permasalahan diatas, peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

“Bagaimana respon psikologis pada atlet futsal saat mengalami cedera ACL (*Anterior Cruciatum Ligament*)”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam respon psikologis atlet futsal saat mengalami cedera ACL(*anterior cruciatum ligament*).

D. Manfaat penelitian

a. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah agar dapat memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan, khususnya dalam ilmu psikologi olahraga dan psikologi klinis mengenai respon psikologis atlet futsal pada saat mengalami cedera ACL (*Anterior Cruciatum Ligament*), sehingga dapat menjadi bahan referensi untuk peneliti selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah diharapkan para atlet futsal nantinya lebih memahami reaksi psikologis dan meminimalisir terjadinya cedera ACL (*Anterior Cruciatum Ligament*).

E. Keaslian Penelitian

Guna memperoleh data dan menjaga keaslian penelitian, maka peneliti mengemukakan beberapa hasil penelitian dan literature yang berkaitan dengan tema penelitian ini untuk menunjukkan belum adanya penelitian dengan judul yang sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Beberapa penelitian yang sudah dilakukan tersebut antara lain:

1. *Psychological Response Of Athletes To Injury* oleh Robert Manstel, et al. pada tahun 2014.
2. *Psychologycal Response to Injury, Recovery, and Social Support: A Survey of Athletes at an NCAA Division I University* oleh Courtney A.Klenk pada tahun 2006.
3. *Kecemasan pada Pemain Futsal Dalam Menghadapi Turnamen* oleh Muhammad Ardianto pada tahun 2013.
4. *Psychological Factors as Predictors of Injuries Among Senior Soccer Player a Prospective Study* oleh Andreas Ivarsson pada tahun 2010.
5. *Perbedaan Pengaruh Pemberian Intervensi Cold Pack dan Active Assisted Exercise dengan Infra Red Radiation dan Active Assisted Exercise Terhadap Pengurangan Oedem Pada Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior setelah Minggu I* oleh Dewi Libriana pada tahun 2005.

Dalam menentukan keaslian penelitian, peneliti akan mengacu pada pemetaan berikut ini:

1. Tema penelitian

Pertama, penelitian dengan judul “*Psychological Response Of Athletes To Injury*” pada tahun 2014 oleh Robert Manstel. Penelitian ini mengambil tema mengenai respon psikologis atlet yang mengalami cedera dan perbedaan respon psikologis dilihat dari tingkat keparahan

cedera yang dialami. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok atlet dengan luka kurang parah menghambat perilaku kelompok atlet yang lukanya lebih parah. Perbedaan yang signifikan antara atlet yang kurang parah dan lebih parah mengalami cedera dilihat dari cara mengatasi rasa nyeri/ sakit dari cedera tersebut. Atlet dengan identitas atletik kuat lebih memotivasi dan memiliki skor nilai rehabilitasi yang lebih tinggi.

Kedua, penelitian dengan judul *“Psychological Response to Injury, Recovery, and Social Support: A Survey of Athletes at an NCAA Division I University”* oleh Courtney A.Klenk pada tahun 2006. Penelitian ini mengambil tema mengenai respon psikologis atlet yang mengalami cedera, pemulihan dari cedera, dan dukungan sosial dari lingkungan sekitar atlet pada saat mengalami cedera. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rasa frustrasi dan marah adalah pengalaman emosional yang paling kuat. Keluarga dan teman dekat menjadi dukungan sosial yang penting pada saat masa pemulihan. Penelitian ini menyarankan beberapa keterkaitan hal penting untuk sumber perhatian secara emosionalnya sama baiknya pada rehabilitasi secara fisik pada cedera olahraga.

Ketiga, penelitian dengan judul *“Kecemasan pada Pemain Futsal Dalam Menghadapi Turnamen”* oleh Muhammad Ardianto

pada tahun 2013. Penelitian ini mengambil tema mengenai faktor apa sajakah yang menyebabkan terjadinya kecemasan, gejala kecemasan, upaya untuk menguranginya, dan dampak yang ditimbulkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab kecemasan pemain futsal adalah minimnya pengalaman bermain dalam turnamen, takut akan kegagalan, takut mengalami cedera, intimidasi suporter lawan, dan ketidaktahuan pemain terhadap informasi pertandingan. Gejala kecemasan yang dialami subjek adalah tidak konsentrasi, sulit memahami instruksi, ragu-ragu dalam mengambil keputusan, otot kaku, keringat dingin, dan fisik menurun. Upaya yang dilakukan subjek adalah relaksasi, pengalihan kognitif, dan tim support. Sedangkan dampak yang ditimbulkan kecemasan terhadap subjek adalah cepat lelah, menurunnya kondisi tubuh, ketidakimbangan, koordinasi otot dan otak tidak berjalan baik.

Keempat, penelitian dengan judul *“Psychological factors as predictors of injuries among senior soccer players A prospective study”* oleh Andreas Ivarsson dan Urban Johnson pada tahun 2010. Penelitian ini mengambil tema mengenai bagaimana antara a) faktor kepribadian b) coping variabels c) stress dan resiko cedera. Hasil penelitian ini menunjukkan sejumlah prediktor psikologis yang signifikan yang meningkatkan resiko cedera dikalangan orang dewasa

pemain sepak bola laki-laki yaitu 4 kepribadian : kecemasan *somatic*, kecemasan psikis, rentan stress, dan mudah marah.

Kelima, penelitian dengan judul “*Perbedaan Pengaruh Pemberian Intervensi Cold Pack dan Active Assisted Exercise dengan Infra Red Radiation dan Active Assisted Exercise Terhadap Pengurangan Oedem Pada Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior setelah Minggu I*” tahun 2005 oleh Dewi Libriana. Fokus Penelitian ini tentang bagaimana perbedaan pengaruh *Cold Pack* dan *Active Assisted* dengan *Infra Red Radiation* dan *Active Assisted Exercise* terhadap pengurangan *Oedem* pada *Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior* setelah minggu pertama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna penurunan nilai *oedem* basis patella antara kelompok perlakuan 1 dan kelompok perlakuan 2 Dengan demikian kedua metode ini dapat digunakan sebagai metode intervensi untuk mengurangi *oedem* pada kondisi tersebut.

Dari kelima penelitian ini memiliki tema dan fokus penelitian yang hampir sama dengan yang akan diteliti. Kelima penelitian tersebut mengambil tema dan fokus mengenai respon psikologis terhadap cedera, faktor psikologis yang menyebabkan cedera, faktor penyebab kecemasan, dan cedera ACL. Penelitian yang akan

dilakukan oleh peneliti berfokus pada respon psikologis atlet futsal yang mengalami cedera ACL, sehingga dapat dipastikan bahwa tema dan fokus penelitian yang akan diteliti berbeda dengan kelima penelitian sebelumnya.

2. Keaslian penelitian

Teori-teori yang digunakan dalam kelima penelitian tersebut berasal dari beberapa landasan teori. Penelitian pertama dengan judul *“Psychological Response Of Athletes To Injury”* oleh Robert Manstel pada tahun 2014 menggunakan teori respon psikologis dari Crossman (1998). Penelitian kedua dengan judul *“Psychological Response to Injury, Recovery, and Social Support: A Survey of Athletes at an NCAA Division I University”* oleh Courtney A.Klenk pada tahun 2006 menggunakan teori respon psikologis dari Crossman (1997). Penelitian ketiga dengan judul *“Kecemasan pada Pemain Futsal Dalam Menghadapi Turnamen”* oleh Muhammad Ardianto pada tahun 2013 menggunakan teori kecemasan dari Atkinson (1999). Penelitian keempat dengan judul *“Psychological factors as predictors of injuries among senior soccer players A prospective study”* oleh Andreas Ivarsson dan Urban Johnson pada tahun 2010 menggunakan teori *stress injury model* dari William and Andersen’s (1998). Penelitian kelima dengan judul *“Perbedaan Pengaruh Pemberian Intervensi*

Cold Pack dan Active Assisted Exercise dengan Infra Red Radiation dan Active Assisted Exercise Terhadap Pengurangan Oedem Pada Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior setelah Minggu I tahun 2005 oleh Dewi Libriana menggunakan teori *Injury of ACL (Anterior Cruciatum Ligament)* oleh Cannon (1992).

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat diketahui bahwa dua jurnal menggunakan landasan teori dari Crossman (1998), Crossman (1997) tentang respon psikologis. Jurnal lainnya menggunakan teori dari Atkinson (1999) tentang kecemasan, William and andersen's (1998) untuk mengetahui faktor psikologis penyebab cedera, dan cannon (1992) teori *injury model*. Teori-teori tersebut berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, dimana penelitian ini akan menggunakan teori utama dari Kubler-Ross 1969 untuk mengetahui aspek-aspek yang akan diteliti. Aspek respon psikologis dalam teori ini terdapat respon fisik dan psikologis seseorang yang mengalami kehilangan.

3. Metode penelitian

Penelitian sebelumnya banyak menggunakan metode kuantitatif dalam proses pengambilan data, belum banyak penelitian kualitatif yang digunakan untuk menggali data mengenai respon

psikologis cedera ACL. Berikut beberapa metode dari penelitian sebelumnya yang menjadi acuan keaslian penelitian.

Penelitian pertama dengan judul "*Psychological Response Of Athletes To Injury*" oleh Robert Manstel pada tahun 2014. Penelitian kedua dengan judul "*Psychologycal Response to Injury, Recovery, and Social Support: A Survey of Athletes at an NCAA Division I University*" oleh Courtney A.Klenk pada tahun 2006. Penelitian Ketiga dengan judul "*Psychological factors as predictors of injuries among senior soccer players A prospective study*" oleh Andreas Ivarsson dan Urban Johnson pada tahun 2010, Ketiga penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat pengambilan data berupa skala. Skala pada penelitian diatas ialah skala kecemasan sepakbola, skala kepribadian dari Universitas Swedia, dan skala dari Freiburger Personlichkeits Inventar FPI 76 dari (Bele-Potocnik, Hrusevar, & Tusak, 1990). Penelitian keempat dengan judul "*Kecemasan pada Pemain Futsal Dalam Menghadapi Turnamen*" oleh Muhammad Ardianto pada tahun 2013, peneliti menggunakan perbandingan data dan tiga orang *significant person* dengan teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi partisipan. Kelima penelitian dengan judul "*Perbedaan Pengaruh Pemberian Intervensi Cold Pack dan Active Assisted Exercise dengan Infra Red*

Radiation dan Active Assisted Exercise Terhadap Pengurangan Oedem Pada Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior setelah Minggu I tahun 2005 oleh Dewi Libriana menggunakan metode *quasi eksperimental* dengan bentuk pemberian perlakuan terhadap subjek penelitian. Pengolahan data dan analisa data menggunakan *Statistical Program for Science* (SPSS 11.5).

Berdasarkan penjabaran di atas dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian yang akan diambil oleh peneliti merupakan penelitian yang baru dan tidak memiliki kesamaan dengan penelitian lainnya dalam hal metode. Penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.

4. Subjek penelitian

Penelitian sebelumnya menggunakan subjek-subjek yang berbeda tetapi rata-rata mereka mengambil subjek dengan yang karakteristik yang sama seperti atlet sepakbola. Penelitian pertama "*Psychological Response Of Athletes To Injury*" oleh Robert Manstel pada tahun 2014, Subjek pada penelitian ini berjumlah 68 yang merupakan atlet Slovenia dengan cedera lutut. Penelitian kedua "*Psychologycal Response to Injury, Recovery, and Social Support: A Survey of Athletes at an NCAA Division I University*" oleh Courtney A.Klenk pada tahun 2006, subjek pada penelitian initerdiri dari 127

laki-laki dan 122 perempuan berasal dari 14 tim yang berbeda, semua subjek ini adalah atlet yang pernah mengalami cedera. Penelitian ketiga *“Kecemasan pada Pemain Futsal Dalam Menghadapi Turnamen”* oleh Muhammad Ardianto pada tahun 2013, subjek pada penelitian ini merupakan dua mahasiswa yang tergabung dalam tim futsal Psychosoccer Universitas Ahmad Dahlan. Penelitian keempat *“Psychological factors as predictors of injuries among senior soccer players A prospective study”* oleh Andreas Ivarsson dan Urban Johnson pada tahun 2010, subjek pada penelitian ini terdiri dari 48 pemain sepak bola laki-laki berumur 16-36 tahun yang diambil dari 3 tim Swedia. Penelitian kelima *“Perbedaan Pengaruh Pemberian Intervensi Cold Pack dan Active Assisted Exercise dengan Infra Red Radiation dan Active Assisted Exercise Terhadap Pengurangan Oedem Pada Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior setelah Minggu I”* tahun 2005 oleh Dewi Libriana, subjek pada penelitian ini merupakan 12 orang yang berasal dari anggota sepak bola, mahasiswa dan pegawai perusahaan yang gemar melakukan olahraga.

Penelitian yang akan dilakukan peneliti berbeda dari penelitian sebelumnya, dimana peneliti menggunakan subjek atlet futsal yang berada ditingkat SMA maupun Mahasiswa, atlet liga semi professional

yang mengalami cedera ACL. Penelitian ini memiliki kesamaan pada tema respon psikologis cedera akan tetapi yang membuat perbedaan penelitian ini pada subjek yaitu atlet futsal SMA maupun mahasiswa atlet dalam klub futsal. Perbedaan yang lain, subjek pada penelitian ini adalah atlet pernah mengalami cedera ACL. Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, terdapat perbedaan tema, metode, teori, subjek dan lokasi dari penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Tema yang diajukan peneliti mengenai respon psikologis atlet yang mengalami cedera ACL dengan lokasi penelitian di wilayah Yogyakarta. Penelitian ini akan menggunakan metodologi penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis sehingga data yang diperoleh bisa lebih objektif.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa respon psikologis selama mengalami cedera pada kedua partisipan berbeda-beda. Respon psikologis yang muncul pada Adit yang pertama adalah penyangkalan, emosi negatif berupa perasaan kecewa, depresi, tawar-menawar, penerimaan, emosi negatif berupa perasaan putus asa, dan penerimaan. Selama Adit menerima kondisi cederanya tersebut dengan menjalankan terapi dan program latihan ia sering merasa putus asa. Perasaan putus asa tersebut muncul karena kondisi cederanya yang masih sering terasa sakit. Respon psikologis yang muncul pada Diki yang pertama adalah penyangkalan, depresi, tawar-menawar, emosi negatif berupa perasaan kecewa, penerimaan, emosi negatif berupa perasaan bersalah, dan penerimaan kembali pasca cedera berulang. Respon psikologis selama cedera tersebut dapat di kurangi dengan dukungan yang diberikan dari rekan tim dan keluarga.

Setelah melakukan beberapa upaya untuk bisa sembuh dari cedera, kedua partisipan merasa bahwa ada perubahan yang membuat mereka tidak bisa kembali bermain maksimal. Kedua partisipan memutuskan untuk tetap kembali ke olahraga futsal bukan dengan tujuan seperti saat sebelum cedera. Tujuan mereka berbeda-beda untuk kembali pasca cedera ini. Adit memiliki alasan untuk bisa berbagi ilmu dengan para *junior* di klub. Adit juga sudah mulai berpikir bahwa umurnya saat ini sudah sangat sulit mendapatkan

kesempatan bermain. Diki memiliki harapan untuk segera operasi dan bisa kembali bermain futsal. Diki masih memiliki tekad untuk bisa menjadi pemain profesional. Alasan untuk bisa bermain futsal selama cedera ini karena Diki merasa jenuh dengan perkuliahan dan pekerjaannya. Kedua partisipan juga memiliki kesamaan latar belakang yang kuat dalam olahraga ini. Mereka sangat sulit untuk berhenti dari olahraga sepak bola dan futsal. Adit dan Diki merasa olahraga ini adalah passion mereka sejak dulu sampai sekarang.

B. SARAN

Berdasarkan proses dan hasil penelitian, peneliti ingin memberikan beberapa saran kepada beberapa pihak sebagai berikut:

a. Subjek

Diharapkan partisipan mampu mengambil pengalaman cedera yang mereka alami. Pengalaman tersebut perlu diperhatikan supaya nanti setelah bisa berolahraga kembali partisipan bisa meminimalisir potensi cedera, dan membagikan pengalaman tersebut kepada orang lain.

b. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema respon psikologis cedera, disarankan untuk menggali lebih dalam lagi mengenai peran klub atau lembaga olahraga untuk atlet yang mengalami cedera ACL. Diperlukan juga dikembangkan suatu pelatihan untuk menangani kondisi psikologis atlet yang mengalami cedera.

c. Klub dan Lembaga terkait

Diharapkan klub dan lembaga olahraga hasil menunjukkan bahwa responden yang merupakan atlet futsal yang mengalami cedera ACL mengalami kondisi psikologis berupa ketakutan, kecemasan, malu, perasaan menyesal, merasa tidak mampu berprestasi lagi, dan berkurangnya komunikasi dengan teman di tim maka diharapkan klub dan lembaga olahraga memberikan perhatian dan penanganan yang tepat terhadap kondisi psikologis yang dialami.

d. Penyelenggara Pertandingan

Bagi penyelenggara pertandingan futsal, disarankan untuk memfasilitasi atlet yang mengalami cedera dengan penanganan dari terapis, sehingga atlet yang mengalami cedera bisa diberi penanganan kondisi psikologisnya pasca cedera.

DAFTAR PUSTAKA

- Almanshur Fauzan , Ghony Djunaidi (2012). *Metodologi Penelitian kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Ananda, Azrul. (2002). *Cegah Cedera Olahraga Pada Anak*. Jawa Pos (hal 20).
- Andersen M. B. & Williams, J. M. (1988). *A Model Of Stress and Athletic Injury: Prediction And Prevention*. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 10: 294–306
- Alex Sobur. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Brewer., dkk. (2003). *Protection Motivation Theory And Adherence to Sport Injury Rehabilitation Revisited*. *Journal of Psychological Sport*. 17, 95-103.
- Bompa, T.O. (2000). *Total Training For Young Champions*. USA : Human Kinetics
- Bogdan, R.C & Biklen, S.K.B. (1998). *Cualitative Research for Education to Theory and Methods*. Allyin and Bacon, inc. Boston
- Bryman, Alan.(2004). *Social Research Methods*. New York: Oxford University Press.
- Chaplin. (1993). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raya Grafindo Persada
- Chapman, Vicky. (2006). *Asuhan Kebidanan Persalinan & Kelahiran*. Jakarta : EGC
- Crossman .(2001). *Coping With Sports Injury: Psychological Strategies For Rehabilitation*. Oxford University Press : New York
- Dorland, Newman. (2002). *Kamus Kedokteran Dorland Edisi 29*. Jakarta: EGC
- Erlina, Sri Mulyani. (2007). *Metodologi Penelitian*. Medan : USU Press
- Eubank,M., & Nichols, L. (2001). *Psychological Aspects of Coping With Injury*. http://www.plantationeagles.com/docs/psychological_aspects_of_coping_with_injury.pdf diakses pada 14 Desember 2016

- Faikanto. (2009). *Metode Koping Orang yang Kehilangan, Kematian, dan Duka Cita*.
http://faikanto.multiply.com/journal/item/3/Metode_Koping_pada_Orang_yang_Kehilangan_kematian_dan_duka_cita. Diakses tanggal 18 Desember 2016
- Fama, E. F., & French, K. R. (1992). *The Cross-Section of Expected Stock Returns*. The Journal of Finance, Volume 42, Nomor 2, Hal 427-465
- Goleman, Daniel. (2005). *Kecerdasan Emosi: Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Terjemahan Alex Tri Kantjono. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Gottlieb, Benjamin. (1983). *Social Support as a Focus for Integrative Research in Psychology*. American Psychologist vol 38 (3), 278-287.
- Graha, Ali Satia & Bambang Priyonoadi. (2009). *Terapi Masase Frirage. Penatalaksanaan cedera pada anggota tubuh bagian atas*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hardianto, Wibowo.(1995) . *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*. Jakarta: EGC
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga
- Halim, Sahda. (2009). *1 Hari Pintar Futsal*. Yogyakarta: Media Presindo
- Harsono. (1988) . *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Hudak & Gallo., (1997), *Keperawatan kritis : suatu pendekatan holistic*. Jakarta : EGC.
- Irwansyah., (2006). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk Kelas X SMA*. Grafindo Media Pratama: Bandung, h. 90
- Ivarson, Andreas., & Urban Johnson. (2010). *Psychology Factors as Predictors of Injuries Among Senior Soccer Players a Prospective Study*. Halmstad University
- Kemenpora. (2011). *Kumpulan Makalah Lokakarya Cidera Olahraga*. Jakarta
- Klenk, Courtney A., (2006). *Psychological Response to Injury*,

Recovery, and Social Support. A Survey of Athletes at an NCAA Division I University : University of Rhode Island.

Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. London: Routledge

Kurata DM, Junior JM, Nowotny JN. *Incidencia de lesiones en atletas practicantes de futsal*. ICcesumar 2007;9:45-51

Libriana Dewi,Irfan Muhammad., (2005). *Perbedaan Pengaruh Pemberian Intervensi Cold Pack Dan Active Assisted Exercise Dengan Infra Red Radiation Dan Active Assisted Exercise Terhadap Pengurangan Oedem Pada Post Arthroscopy Rekonstruksi Ligamen Cruciatum Anterior Setelah Minggu I*; Jurnal Fisioterapi Indonusa Vol. 5 No. 2. Jakarta

Lubis, Ahmad Zulyaden. (2007). *Keterampilan Teknik Dasar Futsal Cosmo FC Jakarta pada Indonesian Futsal League Seri III Yogyakarta 2007*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY

Maryana, E. (2006). *Perilaku Sosial Siswa Sekolah Dasar*. Skripsi. UPI

Moleong, Lexy. (2010). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung : Posdakarya.

Moran, A.P. (2004). *Sport And Exercise Psychology : A Critical Introduction*. East Sussex : Routledge.

Naai, A. & Ostrow, A. (2008). *The Effects Of Cognitive And Relaxations Interventions On Injured Athletes' Mood And Pain During Rehabilitation*. *The Online Journal of Sport Psychology*, 10(1)

Niven, Nail (2003). *Psikologi Kesehatan Pengantar untuk Perawat dan Profesional Kesehatan Lain Edisi 2*. Jakarta : EGC.

Orchard J. Seward H. (2002). *Epydemologi of injuries in the Aaustralia Football Laque, season 1997-2000*. Br J Sport Med

O'Connor, E., Heil, J., Harmer, P. & Zimmerman, I. (2005). *Injury*. In J. Taylor, & G. Wilson (Eds.) *Applying sport psychology* (pp. 187-206). Champaign, IL: Human Kinetics

Potter & Perry., (2005). *Fundamental Keperawatan volume I*. Jakarta : EGC

Pratama, Ega Gilang. (2014). *Tingkat Kecemasan Atlet Sepakbola Persib U-21 Yang Pernah Mengalami Cedera Pada Saat Menghadapi Kompetisi Isl U-21*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia

- Robert, Mansten., dkk. (2014). *Psychological Response of Athletes to Injury*. University of Ljubljana.
- Rusli (2011). *Pencegahan Cedera Olahraga Bagi Atlet Melalui Nutrisi*. Diunduh : <http://digilib.unm.ac.id/files/disk1/3/unm-digilib-unm-rusli-147-1-10.rusli-k.pdf>. tanggal 13 Oktober 2014
- Sarafino, E.P. 2006. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 5th edition. New York: John Wiley & Sons, Inc
- Setiawan, Arif. (2011). *Faktor Timbulnya Cedera Olahraga*. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Vol 1-1 hal 94-98
- Simamora, Henry. (2004). *Managemet Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta : Andy Offset.
- Siregar, Charles J.P. (2006). *Farmasi Klinik Teori dan penerapan*. Jakarta: EGC
- Sparkes, A.C. (2000). *Illness, premature career-termination, and the loss of self: A biographical Study Of An Elite Athlete*. In R. L. Jones And K. M. Armour (Eds.), *Sociology of sport: Theory And Practice* (pp. 14–32). Harlow: Longman
- Stedman. (2004). *Kamus Ringkas Kedokteran STEDMAN Untuk Profesi Kesehatan*. Jakarta : EGC
- Stuart G. W & Sundeen S. J 1987. *Buku saku keperawatan jiwa (edisi 1)* Alih bahasa Achir Yani Editor Yasmin Asih. Jakarta : EGC
- Sudijandoko, Andun. (2000). *Perawatandan Pencegahan Cedera*. Depdikbud : Jakarta
- Sukarmin, Yustinus. (2005). *Cedera Olahraga Dalam Perspektif Teori Model Ekologi*. Yogyakarta : FIK NUY
- Suliswati. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Sunardi, Jaka. (2011). *Mencegah Dan Mengatasi Cedera Lutut dan Kaki*. Klaten : Bina Nusantara.
- Suseno, Tutu April., (2004). *Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia : Kehilangan, Kematian, dan Berduka dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Sagung Seto.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Penduduk (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung : Alfabeta.

Sukadiyanto. (2010). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV

Lubuk Agung

Stuart and Sundeen (1998). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3*. Jakarta : EGC

Stuart, G. W. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa* . Edisi 5. Jakarta. EGC

Thaler, Jeff dan McLontosh, Net. (2004). *The bafflet Parent's Guide to Coaching indoor Youth Soccer*. USA: Ragged Mountain Press/ Mc Graw Hill

Vergeer, I. (2006). *Exploring the mental representation of athletic injury: A longitudinal case study*. Psychology of Sport and Exercise, 7, pp.99-114

Wahdaniah. (2010). *Konsep Kehilangan*. <http://wahdaniah-ns.blogspot.com/2010/10/konsep-kehilangan.html> diakses tanggal 21 November 2016

Wahyu Eko P. (2013). *Analisis Cedera Dalam Olahraga Pada Pemain Futsal Event Invitasi Futsal Antar SMA/Sederajat Se-Jawa Tengah 2013*. Semarang: Unnes.

Watson, Philip. (1992). *International Federation of Health Record Organization Package One-Units 1,2,3,4,5,6,7*

Wibowo, Hardianto, (2007). *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cidera Olahraga, Edisi Kedua*. Jakarta : Penerbitan Buku Kedokteran EGC

Williams JM, Andersen MB.(1998). *Psychosocial Antecedents Of Sport Injury: Review And Critique Of The Stress And Injury Model*. *Journal of Applied Sport Psychology*. 10 (1): 5-25

Wiese-Bjornstal.Smith.Dkk. (1998). *An integrated model of the response to sport injury: psychological and sociological dynamics*. *Journal of Applied Sport Psychology*. 10(1): 46-69

Wiese-Bjornstal, D.M., Smith, A.M., & LaMott, E.E. (1995). *A model of psychological response to athletic injury and rehabilitation*. *Athletic Training: Sports Health Care Perspectives*, 1(1), 17-30

Zein, MI. 2013. *Cedera Anterior Cruciate Ligament (ACL) Pada Atlet Berusia Muda*. *Jurnal Medikor*. VOL XI. No. 2 Oktober:111-121

DAFTAR LAMAN

Anonim. (2006). "History of Futsal." www.geocities.com/bagusco4/mybook/8

Congeni, J. A. (2004). Dealing With Sport Injuries.
http://kidshealth.org/teen/food_fitness/sport/sport_injuries.htm

Dunkin, M.A. (2004). Sports Injuries.
http://www.niams.nih.gov/hi/topics/sport_injuries/sportinjuries.htm
<http://www.suaramerdeka.com/harian/0408/02/ragam1.htm>



LAMPIRAN

Pedoman Wawancara

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEDOMAN WAWANCARA AUTOANAMNESA

No	Aspek Tema	Fokus Masalah	Pertanyaan	Tujuan
1	Aspek pribadi partisipan	1. Identitas partisipan 2. Sejak kapan olahraga futsal 3. Apa alasan anda memilih olahraga	1. Silahkan anda memperkenalkan diri anda? 2. Sejak kapan anda menggeluti olahraga futsal? 3. Kenapa anda memilih olahraga futsal?	Aspek ini bertujuan untuk Mengetahui data awal partisipan
2	Faktor penyebab cedera	1. Gaya permainan informan 2. Proses terjadinya cedera	1. Bagaimana gaya bermain anda sebelum cedera? 2. Bagaimana proses kejadian anda cedera?	Mengetahui riwayat bermain futsal partisipan
3	Bentuk cedera	1. Bentuk cedera yang dialami partisipan	1. Dibagian mana anda mengalami cedera? 2. Bedanya dengan cedera yang lain apa?	Aspek ini bertujuan untuk mengetahui bentuk cedera partisipan
4	Respon psikologis	1. Bentuk aspek penyangkalan partisipan 2. Bentuk aspek marah partisipan 3. Bentuk tawar menawar partisipan 4. Bentuk depresi partisipan 5. Bentuk penerimaan partisipan	1. Respon seperti apa yang pertama kali muncul dari dalam diri anda? 2. Apakah anda menyalahkan orang lain atau diri anda ketika anda mengalami cedera? 3. Apakah anda sering mengeluhkan cedera ini dengan orang lain atau kepada diri sendiri ? 4. Apakah anda merasa tidak mampu melakukan pekerjaan yang sedikit berat? 5. Apakah anda sudah bisa menerima kenyataan cedera ini dengan berbuat apa?	Aspek ini bertujuan untuk mengetahui respon psikologis pasca cedera partisipan

Alloanamnesa

A. Identitas

1. Nama
2. Usia
3. Jenis kelamin
4. Hubungan dengan subjek

B. Guide

1. Sejauh yang ada pahami, Bagaimana partisipan mengalami cedera
2. Sejauh yang anda pahami, Bagaimana keadaan partisipan ketika mengalami cedera
3. Bagaimana respon fisik dan psikologis partisipan selama cedera
4. Perubahan apa yang berdampak kepada anda



LAMPIRAN

VERBATIM WAWANCARA/ TRANSKRIP WAWANCARA

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

VERBATIM WAWANCARA

Interviewee : Aditya Rahadian
 Tanggal Wawancara : 30 september 2016
 Lokasi wawancara : Kamar Kos Subjek
 Jam : 14:10 sd 14: 59
 Wawancara Ke - : 1
 KODE : ADIT-S1-W1

baris	Transkrip wawancara	Keterangan
1	Yak assalamualaikum mas adit a... saya dari uin suka jurusan psikologi meminta bantuan anda dalam proses penelitian tugas akhir saya yang pertama mungkin perihal data diri mas	
5	adit sendiri silahkan mas adit untuk memberikan data diri mas adit mungkin dari nama, mungkin dari berapa lama menggeluti olah raga futsal	
10	Terimakasih atas waktunya, nama panjang saya rahadian aditya, biasa temen-temen manggil adit a.... saya berusia 23 tahun lebih kelahiran 1993 a.... mulai a... hobi futsal sebenarnya belum lama tapi kalo olahraga sepakbola saya dah lama, kalo olah raga futsal mulai intens latihan itu 2012	Adit masuk klub profesional mulai tahun 2012.
15	Sudah secara profesional ya? Sudah professional futsal karena sudah ikut liga istimewa kalo ga salah	Klub yang adit bela sudah mengikuti liga profesional
20	Jadi mas adit sudah cukup lama ya menggeluti olahraga futsal secara profesional karena futsal masuk di Indonesia juga belum lama Ya... ya....	
25	Disini juga banyak klub- klub yang kurang profesinal, mungkin dari liga-liga apa saja yang pernah diikuti mas adit secara profesional?	
30	2012 liga istimewa tingkat DIY professional, 2013 saya vakum, 2014 kalo ga salah baru ikut UKM memiliki UIN ikut liga KEJURNAS se indonesia itu di UGM masuk lewat UKM terus ikut membela UIN abis itu tournament-tournament kecil mungkin sering a.... tapi ya a... mungkin mungkin naik lagi 2015 sudah masuk UGM pas itu, itu 2015 saya ikut yang di Malaysia UGM, itu yang gadain UITM itu a.....	Adit pernah mengikuti ajang kompetisi futsal yang profesional dari tingkat umum maupun mahasiswa.
35	se ASEAN kalo ga salah, melalui UGM, 2015 akhir saya PORDA olah raga daerah, kemudian 2016 kmarin a.... liga KEJURNAS mewakili UGM besok LIMA, liga mahasiswa di DIY	

40	Ok, mungkin latar belakangnya sudah cukup banyak seberapa banyak dalam satu minggu anda mengikuti latihan? Kalo setelah profesional sudah mulai latihan bareng sama tim diluar itu, karena ada beberapa	Jadwal latihan adit terbilang padat
45	yang saya ikuti itu UKM sam tim diluar mungkin satu minggu bias sampai 4-5 kali saya latihan Jadi sangat inten sekali ya... ok terus mungkin sebelum anda cedera, latar belakang anda ituloh niatnya anda itu pertama kali kok	
50	saya milih futsal itu apa ? sebelum cedera ? Kalo futsal ya karna hobi saya jadi saya seneng futsal ya saya ikut tim jadi saya ga melihat a... kemungkinan-kemungkinan saya hadapi ketika saya ikut futsal jadi ya saya hanya karena hobi	Adit menekuni futsal karena senang terhadap olahraga ini dan juga sudah menjadi hobi dari dulu
55	saya itu terus saya ikut. Ya mungkin kalo futsal lebih stylistlah , mungkin ada dari itu apa enggak ?	
60	Pertama futsal bias dilakukan stiap waktu beda dengan sepakbola, sepak bola yang hanya bias dilakukan ketika pagi atau sore hari sedangkan futsal bias 24 jam mungkin bias dilakukan karena dia indoor, kemudian yang kedua mungkin karena kalo olahraga futsal itu baru berkembang jadi saingan dalam olahraga ini	Alasan adit memilih futsal saat ini dan peluang pemain profesional yang masih terbuka.
65	masih cukup masih bareng bareng dari awal jadi saya pikir masih banyak kesempatan untuk jenjang profeionalnya. Dari situ ya seneng dan hobi itu ya, didalam klub profesional itu sendiri apakah anda dilatih oleh pelatih profesional juga ?	
70	a..... di klub saya kemaren di latih sama pelatih yang AF lisensi nasionallah level 1, yang sekarang ini AFC asean level 1 yang sekarang jadi pelatihnya sendiri sudah asean brati dia sudah profesional sekali apalagi di sebuah klub?	Pelatih adit sudah memiliki lisensi yang menunjukkan bahwa pelatih tersebut sudah profesional.
75	ya.... Terus mengarah ke proses , sekarang ketika anda bermain futsal , pernah nggak sesekali anda tu berfikir kalo saya bermain futsal memiliki bayangan terhdap dampak yang akan terjadi?	
80	Kalo..... Melihat..... a.... dampak yang saya alami biasanya lebih sering mengingat itu atau kepikiran itu ketika teman saya mengalami itu Dampak negative seperti itu ?	Adit mengingat resiko olahraga pada saat ada oranglain mengalami hal tersebut.
85	Yaaa... jadi kalo pas main biasa kadang-kadang	Ketika bermain adit

90	a.. saya lupa akan hal tersebut baru saya kadang-kadang terpikirkan juga saya bakal bisa mengalami hal tersebut itu, kalo dulu mungkin sering cedera-cedera ringan saya hadapi tapi hanya sebatas ringan	lupa akan dampak negatif dan pernah mengalami cedera ringan.
95	Itukan ada ketakutan kalo pas liat orang lain jadi ada ketakutan disitu? Iya mas..	
100	Dari dampak positif yang anda dapat itu lo sekiranya bias menutupi ga rasa takut akan anda terima sejauh ini, fee, menang... Yaa... biasanya saya senang bias lupa saya sama dampak negative yang akan saya hadapi , selain dari kemenangan atau fee yang akan bakal saya terima tapi nambah temen itu juga bias menutupi rasa khawatir saya akan dampak yang akan saya terima, itu jadi hanya sebatas nambah temen saja	Perasaan senang bersama teman teman yang didapat bisa melupakan rasa khawatir dan dampak negatif yang bisa kapanpun menimpa adit.
105	itu sudah menutupi rasa khawatir saya terhadap dampak yang akan saya alami	
110	Mungkin langsung saja mengarah pada yang proses terjadinya cedera waktu itu Yak... a... saya cedera itu sebelum porda dan sebelum ke Malaysia 2015, ketika itu ada turnamen kecil di salah satu lapangan a.....	Penyebab cedera ketika subjek akan men-shooting bola tapi tidak kena kemudian subjek jatuh dengan tumpuan yang salah. Kemudian subjek memaksakan main pada saat sudah mengalami cedera.
115	romadhon cup kalo ga salah itu pada saat romadhon itu saya a... main awal terus kalo pas proses terjadinya secara spesifik itu ketika kalo ga salah itu fiftyfifty bola itu sama musuh itu saya kmudian saya ingin shooting bola tapi bolanya itu ga kena sama kaki saya jadi, jadi kegeser sama musuh dulu kalo ga salah, saya nendang tapi ga ada bolanya mungkin habis nendang itu kmudian tumpuan saya agak salah	
120	pas jatuh habis itu saya keluar habis keluar saya , babak kedua saya paksa main karna tidak kerasa apa-apa pada saat itu untuk ditekuk kakinya tapi ketika 1-2 meit main kerasa lagi .	
125	Yang anda pikirkan pada saat pertama kali anda cedera itu apa ? Ya..... khawatir pastinya saya mikir a.... saya ga tau ini sakit apa terus ini harus digimana harus ngatasinya, penyembuhannya seperti apa saya ga tau, saya khawatir ini bakal kayak apa saya ga tau, saya khawatir ini kayak apa kedepannya , karena saya ga tau sama sekali penyakit saya ini apa itu.	Subjek kurang mengetahui tentang cedera lutut ACLsehingga subjek merasa khawatir.
130	Jadi anda tidak tau menau tentang yang anda alami ini ?	
135		

	Ya.. Terus pada saat anda bermain tadi bukankah anda masih main lagi pada saat sakit itu atau enggak?	
140	Ya main lagi pada babak pertama diganti, selesai kumpul untuk brefig a.... ketika main babak kedua langsung saya ditunjuk siap ga saya pada saat itu merasa gad a masalah jadi siap.	Pelatih menanyakan kesiapan adit untuk babak kedua dan adit memaksakan main.
145	Owhh gitu, alasan anda sih pengen hanya alasan anda mengapa kok anda sudah sakit diri anda merasakan sedikit sakit pada saat itu kok tetep memaksakan diri itu alasannya apa?	
150	Kalo saya ya..... alasan pribadi tu lebih karna mungkin jiwa muda yang tetep bertahan dilapangan tetep main ingin tetap menunjukkan kemampuan meskipun kaki saya kerasa sakit tapi ga tau sakitnya apa, jadi tetep saya paksakan main tapi ketika main pegang bola ga lama itu	Jiwa muda dan perasaan ingin tetap dilapangan membuat subjek tetap bermain futsal saat kaki sudah terasa sakit.
155	kerasa sakit langsung berhenti jadi jiwa muda ingin tetap dilapangan itu yang mendorong saya Setelah anda cedera itu sendiri mungkin yang anda lakukan itu apa ?	
160	Setelah ,,, Setelah cedera itu match sudah selesai anda langsung melakukan apa?	
165	Hemmm..... saya kompres es karna itu pelatih saya yang ngomong jadi langsung ya uda nanti kan saya nanya kok sakitnya kayak gini kayak gini krasanya kayak gini terus pulang ini dikompres es terus setelah itu saya mulai baca baca di internet itu karna saya khawatir sekali	Pertolongan pertama yang dilakukan adalah dengan mengompres kakidengan es dengan posisi kaki dinaikkan di atas jantung
170	degkul saya ini knapa, akhirnya ada salah satu artikel yang mengatakan dikompres es dan kaki dengkul saya dinaikkan diatas jantung dan akhirnya saya mengikuti yang ada di artikel tersebut. Perilaku anda pada saat a... pasca mengalami cedera itu langsung nyari refreansi ya...	
175	Iya... Ada kepikiran ndak untuk langsung mengecekkan apa ya... kondisi lutut anda ?	
180	Kepikiran a.... karna posisi main sudah malam saya punya niat memang untuk besoknya langsung saya cekkan saya priksakan, karna malam kan jadi saya lakukan apa yang bias saya lakukan lakukan sendiri dan besoknya saya nyari informasi baru.. baru sebatas nyari informasi	subjek tidak langsung mendapatkan perawatan yang tepat setelah cedera.

185	dulu refrensi dimana tempat kira-kira untuk pembbb... apa namanya untuk memperbaiki lutut saya yang sakit Jadi itu malah turnamen kecil ya ? Iya..	
190	Jadi simpulan anda untuk turnamen kecil itu sperti apa ? Ya... kalo hanya untuk mencari hiburan tidak masalah tapi konsekuensi yang besar yang dihadapi yang harus diterima Di turnamen kecil ?	Resiko besar cedera pada turnamen futsal yang kecil.
195	Iya Karna diturnamen kecil itu ga ada medis, jadi kita siap dari dampak yang negative yang bakal kita terima Lebih besar /lebih kecil ?	Kelengkapan medis yang tidak memadai
200	Yaa kalo yang saya alami buktinya lebih besar turnamen kecil daripada turnamen besar yang saya ikuti Owhh gitu, setelah anda cedera mungkin berapa lama memasuki tahap rehabilitasi/ pengobatan, recoverinya seperti apa?	
205	Itu pas bulan puasa itu ada 1 bulan setengah itu masa memterapi dan beberapa namanya metode- metode latihan khusus yang saya lakukan 1,5 bulan Selama 1,5 bulan itu mungkin larangan-larangan apa atau anjuran apa dari terapis anda ?	Mengikuti terapi selama 1 ½ bulan.
210	Kalo larangannya ga boleh latihan berat, latihan tetep ga bolehsama sekali kalo anjuran banyak yang nyaranin renang, olahraga renang, banyak yang nyaranin sepeda untuk latihan sepeda, masih rutin control itu yang disuruh sama terapisnya. Sudah totallah 1,5 bulan untuk fisik?	Dianjurkan terapis untuk sesering mungkin berenang, sepedaan dan tidak dibolehkan latihan berat.
215	Iya 1,5 bulan Untuk berani memberanikan diri secara fisik untuk mulai lagi dalam aktivitas futsal kurang lebih brapa bulan ?	
220	Sebenarnya kalo dihitung itu ga nyampe 1 bulan dan berani terjun , tapi a.... a. .. kambuh lagi gitu, jadi terus saya memutuskan untuk benar- benar berhenti bene-bener rest kemudian akhirnya 1,5 bulan saya sudah main, karna sedikit kerasa lagi akhirnya saya memutuskan untuk 1,5 bulan full berhenti	Cedera berulang yang dirasakan pada saat itu membuat adit memutuskan untuk berhenti latihan dan mengikuti metode penyembuhan.
225	Padahal itu sudah sesuai dari terapis ya untuk istirahat untuk melakukan schedule dari..	
230		

	Iya ,,,, iya sudah Terus untuk mendasari penyebabnya kok tadi bisa sakit lagi ??	
235	Mungkin terlalu keras waktu latihan pertama menurut saya jadi a... setelah cedera ada beberapa terapis yang saya temui ada yang menyarankan tahapan untuk namanya untuk ke performa kita gitu tapi ketika pertama kali latihan	Penyebab cedera berulang akibat dari latihan yang terlalu keras pada saat kaki belum sembuh dari cedera.
240	itu ternyata seingat saya dulu itu saya ikut seleksi, seleksi fisik pada saat itu , pada saat itu kena lagi, akhirnya setelah itu saya memutuskan untuk tidak berani untuk latihan seperti biasanya.	
245	Kembali ke awal sebelum anda cedera cara bermain anda itu seperti apa, mempunyai visi misi apa , mungkin kalo kita kan sama-sama pemain futsal ya, visi misi ya beda-bedakan kalo mas adit itu sendiri seperti apa dalam bermain futsal?	
250	Kalo saya ini seneng bermain di flang jadi tipe-tipe lari cepat terus main dari sayap cut in side masuk ke dalam dulu saya seneng bermain seperti itu karna saya menunjang itu lari cepat kemudian a..... apa namanya bermain di pinggir lapangan	
255	Padahal dalam situasi flang atau pivotkan itukan sangat-sangat sering ya pindah dari flang ke pivot sangat memungkinkan sekali ya padahal diposisi itukan sangat presentasinya untuk berduel itu mungkin one on one atau fighting itukan lebih besar , mengapa anda memilih itu mengapa tidak memilih lain kipper	
260	Ini sebelum cedera ...	
265	Iya sebelum cedera Kalo sebelum cedera memang saya seneng bermain disana jadi Duel duel gitu	
270	Iya ,, hobi saya a..... adu lari cepet-cepetan nah itu yang menyebabkan saya seneng sekali kalo di flang di ruang-ruang disana bias akselerasi alasan saya lebih kepada saya punya kemampuan disanan dan saya bermain disana	
275	Terus mungkin perubahannya jadi pada sebelum anda, berani fighting, berani adu lari berani trupas-trupas dari flang shooting, terus setelah cedera ini ada perubahan dari segi permainan dulu Kalo saat ini saat ini sekali masa itu sudah lewat	Subjek merasakan

280	untuk saat ini saya merasakan ada perubahan itu ketika 1-2 bulan setelah saya diperbolehkan main lagi sama terapis jadi 1,5 bulan saya vakum 2 bulan setelah itu terasa sekali saya bermain berbeda dari dulunya saya awal untuk bermain futsal a..... saya bermain fighting a.... rebut bola berani duel yang suka fighting terus berni shooting keeping shooting itu itu berubah sekali karena a...ada rasa khawatir saya akan kambuh lagi cedera saya jadi emang bener-bener saya khawatir ketika itu bahkan melihat orang-orang shooting belum pemanasan itu saya takut sendiri itu kok berani sekali dia melakukan hal tersebut padahal a.... padahal kalo dengkulnya sudah kena itu dia bahkan menyesal sampai akhir gitu	adanya perubahan dalam cara bermain futsal setelah cedera. Perasaan khawatir dan menyesal yang subjek rasakan setelah cedera.
285	ada rasa khawatir itu setelah 1-2 bulan setelah diperbolehkan main jadi ada rasa ga berani melakukan hal-hal yang akan dilakukan	
290	Jadi memang kurang lebih 1-2 bulan itu ada fase yang terasa sekali perubahannya berarti itu masih masuk dalam tahap rehabilitasi anda untuk pulih ke top performance?	
295	a..... saya ga tau hal tersebut gimana Mungkin saya ga pernah dikasih tahu oleh terapisnya kalo itu siklus kamu yang harus diperbaiki atau seperti apa tapi saya cumin dikasih tau sama terapisnya kalo dah boleh latihan tapi bertahab, tapi ga sampai siklus kamu harus diperbaikilah dan macem-macem tidak sampai	
300	jadi secara fisik memang boleh untuk berlatih?	
305	iya karena itukan penyesuaian dari orang yang .. ligament baru, itukan istilahnya ligament baru a... yang pembaruan ligament jadi ada fase seperti itu tapi apakah anda itu melakukan sesuai porsi anda atau lebih ?	
310	saya termasuk orang yang nurut apa kata terapis jadi a... apa ayang dilakukan terapis saya bener-bener kerjakan jadi beberapa terapis itu nyuruh a... stiap pagilatan otot dengkul terus ga cuman dengkul yang dilatih tapi engkelnya juga semua ini berhenti ga ada kegiatan yang berat jadi harus semua dipulihkan lagi ga cuman dengkulmu saja jadi kalo selama apa yang dikatakan terapis saya lakukan	Subjek menjalani metode penyembuhan secara teratur.
315	mungkin anda megetahui ga tahap-tahab	
320		
325		

330	robekannya tahb 1, 2 atau tahap 3? saya ga tau anda tidak tahu saya ga tahu kalo masalah tahap itu jadi ga ada pengecekan secara xray mri? ga ada pada saat itu cuman sakit terus saya Tanya ke temen-temen terapis yang baik dimana akhirnya saya menemukan 1 terapis di salah satu tempat kemudian saya bawa kesana saya meras cocok kemudian saya disana terus ya yang namanya dikasih tau kamu menurut apa terapisnya sebatas a.... pengalaman beliau mungkin kalo dicek medis seperti apa saya ga dapat	Subjek tidak mengetahui robekan pada lututnya berapa persen
335	anda ga nanya mungkin ya cuman menurut bapak gimana ya .. cuman kayak gini kayak gini cuman ga ada sampai alat medis yang digunakan ga ada alat medis untuk melihat kaki saya kenapa tidak ada tidak apa bantuan alat medis digunakan	
340	apa kalo dari segi pelatih anda kan sudah berlisensi profesional jadi menurut saya memang sudah tidak masalah dibagian mungkin schedule, mengkun over training maupun problem di pemanasan , mungkin menurut anda pemicu kok anda bias apa ya cedera pada saat itu itu apa ? atau mungkin kondisi anda saat itu melampaui batas padahal kita juga sering shooting atau berbenturantapi kadang ada yang ga cedera ada yang cedera juga mungkin dibagian anda ini seperti apa ?	
345	kalo saya pribadi masih inget kejadian dulu tu ketika romadhon cup, romadhon cup itu turnamen kecil yang dipanitiai oleh panitia kecil dan dengan dana mepet seinget saya pas itu jadi a... waktu yang diberikan untuk pemanasan itu sangat minim jadi ketika pergantian antara a... tim yang bertanding sebelum saya bertanding itu a... setelah mereka keluar langsung masuk jadi waktu pemanasan yang minim pada saat itu bulan puasa bener-bener tubuh ketika masih-	Penyebab lain yang mengakibatkan subjek cedera yaitu pemanasan kurang, saat itu bulan puasa sehingga tubuh kurang mineral sehingga oksigen di otot masih sedikit kemudian langsung tanding futsal.
350	masih mungkin masih malam hari habis puasa masih ga banyak mineral dalam tubuh terus oksigen di otot juga masih sedikit atau gimana saya ga tau ketika itu langsung main jadi pemanasan yang sangat minim dan mungkin a...	
355	apa ya asupan mineral yang kurang	
360		
365		
370		
375		

	menyebabkan hal tersebut.	
380	Jadi menurut anda bias dari factor pemanasan itu anda bermain berapa kali sehari ? Sehari sekali	
	Jadi memang cukup tapi hari berikutnya masih main ?	
385	Masih main jadi dilakukan seminggu full jadi sehari satu kali waktu setelah saya sampai dengan sekitar jam 11 malem tapi 7 hari tersebut berturut-turut	Agenda turnamen yang padat selama satu minggu.
	Kita masuk kepada ranah dampak, dampak secara fisik mungkin yang paling khas dari anda itu apa pada saat cedera ?	
390	Ehm...	
	Ngerikah atau seperti apa saat pagi itu seperti apa atau pada saat seperti apa atau pada posisi seperti apa terasa sakit?	
395	Kalo pas cedera itu pasti sakit pada bagian yang cedera itu karna kalo dilutut saya ini pas ditekuk malah ga sakit malahan tapi diluruskan malah sakit jadi aktivitas biasa seperti a... duduk shalat atau jongkok itu ga terlalu sakit tapi kalo diluruskan malah sakit terus ditekan kebawah	Dampak yang ditimbulkan akibat cedera seperti terganggu aktivitas sehari-hari karena terasa sakit ketika kaki diluruskan setelah kaki ditekuk
400	kearah sendi itu malah terasa sakit sekali nah itu terasa kalo a.... kita nglurusin kaki terus biasa kalo habis dari bersila terus nglurusin kaki itu agak sakit	
405	Terus secara psikis ketika anda mau bermain pada saat pasca cedera setelah anda mengalami cedera mungkin menurut anda sudah nyaman dalam bermain adakah perubahan secara emosi, perasaan anda	
410	Ya pasti ada pasti ada kalo di awal-awal dulu ya sekitar setelah mulai 2 bulan latihan itu a... saya tetep khawatir untuk berbenturan terus a... megang bola lama-lama itu takut terus <i>fighting</i> itu takut jadi bener-bener terasa kalo masalah apa namanya kebiasaan saya yang dulu itu ga bias	Merasa khawatir ketika awal latihan.
415	saya lakukan ketika setelah cedera itu karna bener-bener khawatir	
	Terus dalam situasi anda itu ada kepikiran ga kalo ini mempunyai dampak negative terhadap masa depan saya mungkin ini cukup vital ya dibagian lutut maupun ligament ada kepikiran sampai kesitu ga ?	
420	Kalo a... dari ke karir dari futsal itu sendiri pasti kepikiran itu jadi kayak ini bakal endinglahn	Ada pikiran bahwa karir futsal subjek telah

425	Tamatlah... Iyaa.... Kalo bakal berhenti tapi ada rasa itu tapi	berakhir.
430	tertutupi dengan saya harus bias melawan ini jadi	Kekhawatiran tersebut
435	ada aneh sih rasa khawatir saya itu ada jadi dulu	teratasi saat subjek
440	sebenarnya sempat ketika cedera itu saya depresi	bertekad untuk sembuh
445	itu sempet kenapa harus aku mengapa harus aku	dari sakit tersebut dan
450	yang kena cedera ini terus kenapa ga nanti dulu	bisa latihan seperti
455	padahal ini ada turnamen besar yang harus saya	biasanya.
460	ikuti itu depresi ketika pulang kerumah saya	
465	saya khawatir sendiri takut sendiri itu ada tapi	
470	semua bias di atasi pas saya niatan saya bias	
475	sembuhbisa sembuh tapi tetep akhirnya ya	
480	sekarang ya bias latihan seperti biasanya	
485	Terus dampak kearah yang mungkin temen- temen anda interaksi anda terhadap temen- temen anda itu apa adakah gangguan disitu ?	
490	Biasanya kan dulu saya pake pelindung itu ya	Pernah menggunakan
495	jadi pake pelindung kayak ada biar ga goyang-	pelindung lutut.
500	goyang gitu dengkulnya	
505	Dari dokter? Iya disarankan untuk menggunakan itu a... kalo	Saran dari terapis untuk
510	tanggapan orang-orang itu sebenarnya biasanya	menggunakan
515	kepelatih pelatih itu agak ngeliat kita pake itu	pelindung lutut. Subjek
520	jadi terkesan itu belum siap bermain jadi kadang-	merasakan perbedaan
525	kadang kita aku dah bias ni menunjukkan tapi	tanggapan pelatih
530	kadang-kadang pelatih juga ga belum bias kasih	terhadap dirinya.
535	kepercayaan terus yang kedua musuh musuh kalo	Subjek menilai musuh
540	liat kaki kita kayak gini itu mungkin berbeda dia	juga semakin agresif
545	tanggapan ke kita jadi mungkin terlihat dari	kepanya.
550	sikapnya merebut bola yang lebih	
555	Lebih keras kasar.... Iyaa lebih berani keras iya jadi takut lebih iya itu	
560	uyang lebih saya alami pasca cedera	
565	Dan anda pada saat itu memaksakan untuk bermain?	
570	Iya... jadi sama-sama saya belum berani musuh	Subjek merasa tidak
575	sangat agresif ke kita nah itu malah kelihatan kita	bermain optimal.
580	ga bermain optimal malah..	
585	Berapa lama anda memberanikan diri tampil menggunakan alat itu ?	
590	Saya menggunakan itu ketika porda berarti kena	
595	bulan juli... September,	
600	5 bulan ada 5 bulan ? Kurang lebih 5 bulan saya dimalaysia masih	5 bulan subjek
605	menggunakan dimalaysia masih menggunakan	menggunakan
610	kemudian pas porda dah saya lepas memang	pelindung lutut,
615	bener-bener ngrasa beda kalo pake dang a pake	kemudian melepasnya
620	karna saya memberanikan diri untuk tak	agar tidak dipandang

475	menggunakan itu agar imagenya ga saya bkan orang yang lemah gitu saya kuat akhirnya pas porda itu oktober waktu itu juli agus septem okt sekitar a... 3-4 bulan setelah itu baru saya lepas	lemah oleh orang lain.
480	Padahal anda tadi bilang anda itu ada kekhawatiran kalo mungkin relaps atau kambuh tapi mengapa kok anda tidak mencari titik aman untuk seumpama kalo masa rehabilitasi masa orang cedera orang dilutut atau ligament paling ga 6 bulan minimal aja kita ga diperbolehkan untuk bermain secara turnmanen yang sudah pro	
485	kita harus rest kita menyesuaikan schedule mengapa anda tidak memilih berada di titik aman itu ? mengapa anda malah padahal anda khawatir ta ? alasanya motivasi anda itu apa ?	
490	Kalo ya... tadi pas cedera pertama kali itun saya merasa ya tadi kenapa harus saya kenapa saat ini didepan ada turnamen besar yang saya ikuti tapi a.... karna melihat perkembangan saya sendiri cukup a... cepat menurut saya jadi ada kayak	Subjek teratur melakukan metode latihan pemulihan cedera dan perasaan khawatir tersebut berkurang.
495	pelatihan-pelatihan saya lakukan itu rutin pagi sore pagi sore ada rasa khwatir saya tertutupi dengan ikhtiar saya apa namanya ya...	
500	Ya sesuai pesan terapis itu tadi ya ? Iya terapis itu tadi nyuruh apa yang disuruh saya lakukan perkembangan saya mungkin cukup cepat dan akhirnya a... dan saya tidak merasa sakit lagi dan terapis mulai menyuruh saya berlatih secara normal lagi akhirnya membuat saya kembali memberanikan diri meskipun diawal tadi ada rasa khawatir	Berani mengikuti latihan kembali karena melihat perkembangan dari cederanya yang cepat berkat ikhtiar yang dilakukan
505	Oke sekarang dari pelatih sendiri dari pelatih sendiri ada ga upaya untuk anda khususnya atau mungkin atlet-atlet lain di klub anda supaya a... tidak kambuh kan banyak tu	
510	temen anda yang cedera engkel lutut maupun ligament atau persendian dibagian paha atas atau kipper ditangan dan di punggung ada ga upaya dari pihak pelatih?	
515	Kalo dulu pas ketika saya cedera itu betuk nyata dari pelatih ada jadi latihan saya dibedakan jadi emang pelatih ada a... dua head coach dan asisten head coach yang ngurusin pemain-pemain yang ga cedera dan siap untuk bermain dan ada asisten yang ketika itu saya cerita latihan	Yang pelatih subjek upayakan saat cedeera yaitu memberikan materi yang berbeda dengan atlet lain saat latihan dalam rangka pemulihan setelah
520	saya gimana terus akhirnya sama beliau latihan	

525	ini aja dulu nanti kalo latihan ini terus sampai kamu ga rasa sakit lagi, latiannya ada beberapa materi diberikan terus a... saya jalanin ada itu saat latihan jadi meskipun saya latihan kesana tapi materi yang diberikan berbeda dan itu menurut saya bentuk a.. pelatih dalam memperbaiki dulu apa yang sudah apa cedera yang dihadapi pemainnya kemudian baru diikutkan ke latihan temen-temen yang lain	cedera yang dialami.
530	Jadi pelatih memberikan treatmennya sendiri Yaaa	
535	Untuk selanjutnya dari pihak klub sendiri memberikan sumbangsi apa sih buat anda pada saat masuk cedera pada pasca cedera? Kalo di klub financial ga ada karna mungkin itu turnamen kecil	
540	Turnamen kecil Iya dan apa namanya tidak ada rekomendasi khusus untuk terapi tapi a... saya cukup cukup merasa terimakasih karna saya gabung dan diberikan treatment khusus pada saat latihan dan itu menurut saya bentuk perhatian tim terhadap saya tetep ikut latihan dan diberikan treatment khusus	Bentuk perhatian yang diberikan tim kepada subjek adalah tetap mengajak subjek untuk latihan dan memberikan treatment khusus
545	Jadi sejauh ini anda memasuki masa terapi anda membeli peralatan untuk perlindungan lutut anda maupun ligamen anda itu atas biaya sendiri	
550	Iya atas biaya sendiri Dan anda tidak merasa rugi kalo disitu ?	
555	A,,,,, tidak gimana ya saya melihatnya kalo ini kenyanya ketika ajang profesional diajang yang besar mungkin saya rugi karna ini atas nama tim dan di turnamen yang besar karna ini diturnamen yang kecil ini banyak konsekuensi yang bakal saya hadapi itu jadi saya menjalani ini meskipun ngeluarin duit tapi saya merasa ini kebutuhan saya karna harus sembuh harus bias sembuh	Klub tidak memberikan bantuan materil pada saat subjek mengalami cedera
560	Untuk turnamen yang lebih besar tadi ya ?? Iyaa..	
565	Oke mungkin itu dari ranah tim ya terus kalo menurut anda sih bagaimana nih tentang penyelenggaraan futsal khususnya di Yogyakarta apakah sudah safety buat pemainnya atau masih belum ? Kalo untuk ajang yang profesional kayak porda itu uda Kalo linus ?	

570	kalo linus saya belum pernah ikut ya linus gimana ya tapi kalo untuk porda saya merasakan sangat sudah sudah mulai- mulai baik lah ya profesional kayak kmaren itu ada beberapa temen saya yang bahkan saya cedera tapi engkel saya langsung keluar lapangan tapi langsung	
575	ddididi berikan treatmen sama apa namanya medis yang di ya ketika itu disewa oleh daerah untuk melakukan antisipasi dilapangan dan saya merasa kalo di tingkat porda sudah cukup lumayan profesional	
580	Oke terus untuk perbandingannya ya pertama-tama itu sebelum anda cedera anda memaknai olah raga futsal khususnya itun tujuannya untuk apa ?	
585	Seneng-seneng Seneng-seneng?	
590	Ya.. jadi hobi disalurkan kalo futsal itu jadi kayak apa namanya saya ga memikirkan saya bakal cedera gimana-gimananya tapi ya saya bermain seneng gitu aja dulu	Subjek tidak mengetahui pengetahuan mengenai resiko cedera yang bisa dialami.
595	Jadi kalo dulu anda itu memang untuk senengmenyalurkan hobi tapi tidak terpikir kalo ini tu ada konsekuensinya juga Iyaaa iyaaa Terus sekarang anda memaknai futsal itu sendiri apa ?	
600	Kalo saat ini lebih karena saya pernah mengalami cedera itu jadi lebih a... stiap saya sekarang bakal latihan pasti penguluran sendiri penguluran yang...	Pengalaman cedera membuat subjek lebih mempersiapkan diri sebelum olahraga
605	Lebih.. He.emmm lebih kebutuhan dari diri saya sendiri saya ga ngliat temen-temen saya melakukan itu saya merasa kasian saya sama mereka kalo sudah mengalami cedera baru bakal bakal apa ya namanya down mereka, tapi belu pernah mengalami jadi kayak ngliat mereka tu kasian saya sendiri ngrasa pemanasan lebih itu itu lebih penting ketika disuruh samba streaching itu saya maksimalkan agar nanti tidak menjadi a.. cedera lagi	
615	Jadi memang menurut anda tadikan memang pemanasan itu pemicunya walaupun ada factor lain yang membuat terjadinya cedera itu sendiri	
620	Kemudian seberapa pentingkah bagi anda ya bagi amda peran pelatih untuk	

675	Terus secara psikologis tadi untuk anda mengatasi ada pertanyaan pertama seperti ini adakah rasa takut itu kan ada khawatir dan sebagainya itu kan ada terus untuk mengurangi perasaan itu dan memberanikan diri untuk melakukan mungkin turn around mungkin cut behind atau mungkin running dan sebagainya duel fighting itu treatment apa sih yang mungkin bisa dibagikan oleh saya ?	
680	Kalo apa.... Yang saya lakukan biasanya ...a terus berlatih pertama yang pertama karna kita sering berlatih jadi a... rasa sakit rasa khawatir mulai hilang karna rasa khawatir itu biasanya timbul lagi kalo sakitnya kambuh	
685	Kambuh.. Rasa sakitnya kambuh sakit.. baru takutnya semakin besar tapi ketika kita latihan kemudian tidak terasa sakit tu nanti akan berangsur-angsur rasa itu akan hilang ketika kita sudah cedera terus kemudian pemulihan dah mulai latihan lagi ya terus latihan gitu kalo menurut saya jadi latianannya tu di ikuti kan betahap tahapan yang kita rasakan akan mulai berkurang khawatir itu menurut saya	
690		
695	Ehmmm terus adakah mungkin dari peran pelatih untuk mengembalikan perasaan anda untuk memberanikan diri apa ya istilahnya bermain seperti itu lagi ada ga dari peran pelatih?	
700	Kalo..... pelatih itu biasanya ngomong kan saya juga sering ngomong pak ini saya masih rasa takut takut gitu	
705	Ehm.... Bentuk perhatian pelatih ya ... dia ngayem-ngayem gitu kayak ngasih wejangan yang yang membuat kita semangat semua pemain yang cedera dan pernah cedera itu pasti mengalami hal tersebut kamu tu ya lagi merasakan hal hal yang dirasakan orang lain dulu pernah rasakan gitu jadi temen temen yang dulu cedera terus sekarang sudah sembuh ya mengalami hal yang tadi kayak kamu juga jadi kamu tetap tetap berlatih aja kan nanti rasa itu kan hilang jadi bentuk bentuk perhatian dari pelatih ya dari hal seperti itu memberikan temen diskusi gitu temen temen ngasih nasehatlah menurut saya seperti itu	Motivasi dari pelatih kepada subjek.
710		
715	Trus mungkin ada pihak lain ga sih selain pelatih mungkin keluarga atau teman dekat	

720	anda yang mungkin menjadi social support anda yang paling besar mungkin siapa jelaskan? Kalo keluarga ga terlalu karna menurut saya ehmm.... Hamper seluruh keluarga saya bukan dari background olahraga jadi mereka taunya saya	Keluarga tidak begitu memperhatikan cedera subjek karena mereka tidak mengetahui tentang cedera. Support lebih banyak datang dari teman-teman tim yang hanya sekedar support kata-kata.
725	kakinya sakit dirumah ehmmmm ngiket ngiket tali ga jelas gitu narik narik kaki gitu tau mereka seperti itukan tapika saya punya niat lebih untuk bisa support itu lebih banyak dating dari teman	
730	menurut saya teman tim itu cukup signifikan lah walaupun mereka ga ngomong ayo gek dimareke gek ngene ngene nyuport dengan kata-kata ga nyuport dengan kata kata tapi a.... saya dating kesana terus mereka latian mereka apa namanya	
735	punya punya tujuan yang sama untuk bisa berkembang itu jadi rasa semangat saya untuk bisa sama sma untuk saling berkembang gitu bareng bareng	
740	Oke terus yang terakhir pertanyaan saya mungkin saran anda saran anda ? Ehmm	
745	a..... atlet atlet lain yang belum pernah mengalami cedera maupun yang sudah pernah mengalami cedera apa? Kalo saran saya lebih kepada kita atlet yang meskipun kita berfutsal tapi semua tetep kembali kepada kita jadi kalo kita bisa apa namanya mencegah itu lebih baik dilakukan daripada ketika sudah kena baru diobati malahan jadi	
750	setiap olahraga butuh pemanasan butuh pemanasan yang cukup maksimal dan	
755	Perlengkapan mungkin ?? a.... saya lebih ke pemanasan dan asupan mineral yang cukup ketika ketika latian jadi kayak minum putih minum air putih ketika latian itu sangat sangat penting karna bisa menambah oksigen di otot kita dan itu salah satu yang menyebabkan saya yang menyebabkan saya untuk	
760	terus minum juga banyak banyak terapis yang nyaranin kalo olah raga itu minumnya dibanyakin karna otot membutuhkan itu membutuhkan cairan dua hal itu yang	
765	terus kalo yang sudah sudah mengalami cedera mungkin saran apa gitu? ya.... Haa jangan pernah menyerah untuk bisa	

770	pulih kalo menurut saya itu kuncinya karna saya mengalami hal yang sama menyerah itu pasti ada bukan menyerah ,,,, putus asa itu putus asa itu pasti ada romadhon itukan saya pulang kerumah ya jadi dirumah tu ngrasa ga punya temen ga punya orang yang peduli karna keluarga saya ga ada yang background olahraga tapi a.... itu saya sikapi dengan rasa pengen sembuhdari diri yang kuat meskipun tidak ada yang nyuport tapi tetep yakin aja kalo kita bisa sembuh	
775	oke mungkin terimakasih atas informasinya mas adit mungkin suatu hari nanti kita masih disempatkan untuk meminta informasi lagi	
780	saya mohon kelegaan hati mas adit gitu aja oke sekian dari saya wassalamualaikum wr wb waalaikum salam wrwb	

VERBATIM WAWANCARA

Interviewee : ADIT
 Tanggal Wawancara : Sabtu, 22 Oktober 2016
 Lokasi wawancara : Kamar Kos Subjek
 Jam : 19:15– 19:45
 Wawancara Ke - : 2
 KODE : ADIT-S1-W2

baris	Transkrip wawancara	Keterangan
1	Assalamualaikum wr wb terimakasih selamat malam mas adit atas waktunya pada kali ini mungkin untuk menambahi sesuatu yang kurang dari pertanyaan pertanyaan saya yang kmaren atau	
5	data yang masih kurang dari pertemuan kita yang kmaren aaa langsung saja untuk pertanyaan yang pertama aaa ketika teman anda mengalami cedera apakah anda berubah permainan anda setelah melihat cedera itu atau dan setelah cedera ini	
10	Aaaa kalo saya biasanya melihat temen cedera itu aaa pertama pasti pikiran saya setelah cedera saya kembali ke pikiran saya dulu apa ke cedera saya dulu jadi saya mikir saya bkal cedera lagi ga atau temen saya baru kena cedera nih cuman biasanya tu dalam permainan tu saya	Tidak berubah permainan subjek ketika ada teman cedera karena ingin bermain maksimal untuk tim
15	aaa tetap bermain seperti adanya karena sebelumnya saya sudahantisipasi kayak pemanasan maksimal apa namanya peregangan otot diawal sudah maksimal juga jadi rasa takut ada cuman dalam permainan saya tetep seperti biasa ketika bermain yang meskipun temen saya baru cedera	
20	Oke aaa terus pertanyaan yang berikutnya kenapa hanya kan kmare waktu saya aaa mungkin mengetik ulang perkataan perkataan waktu pertama itukan ada beberapa mungkin hanya karena nambah teman nih bisa menutupi rasa khawatir anda setelah mengalami cedera mungkin kenapa kok hanya sebatas itu	
25	Yak yang pertama mungkin apa namanya saya banyak aktivitas dii dunia seperti ini jadi lebih mungkin pada bebrapa aktivitas ya mas saya senang dan lebih enjoy di dunia olahraga ini jadi kenapa alasan saya banyak nambah temen jadi pertimbangan saya tetep bermain karena memang saya enjoy disini saya lebih nyaman disini jadi aa saya tetep melakukan olahraga ini meskipun setelah cedera itu alasan yang jadi pertimbangan saya tetep bermain	Subjek merasakan nyaman di futsal meskipun bermain setelah cedera
30	Dan itu bisa menutupi rasa khawatir anda terhadap cedera ini	
35	Rasa khawatir tetap ada pasti ada ibaratnya biasanya	Cedera yang

40	kerasa itu kalo agak kecapekan terus kalo kurang minum	dirasakan bisa
45	itu kerasa cuman kembali ke diri saya kalo saya gak gak terkena lagi ya saya gak kecapekan bakal peregang maksimal kemudian minum air yang banyak jadi rasa takut saya tutupi dengan sikap saya sendiri gitu jadi sikap saya yang antisipasi itu	muncul jika kecapekan, kurang minum dan subjek mencegah hal itu
50	Oke kemudian pertanyaan berikutnya apa yang anda pikirkan ketika anda bermain dalam keadaan cedera jadi mungkin dalam situasi anda itu mungkin kalo kita kan engkel masih bisa dipaksakan mungkin aa benturan terus memar dikaki kan rasanya nanti nanti ya dan kita masih sering memaksakan hal itu mungkin alasannya apa yang anda pikirkan itu apa	
55	Yang pertama yang saya pikirkan itu saya membuat yang terbaik buat tim aaa jadi mau all out lah sama tim meskipun kakinya kerasa sakit pada waktu itu pada waktu cedera itu aaa jadi saya tetep bermain maksimal membantu kemudian yang kedua ya ya karna saya aaa mau bermain lebih sekaligus rasa ego mungkin rasa ego yang yang muncul itu lebih besar dari pada rasa khawatir saya	Rasa ego yang besar ingin tetap bermain membuat adit tetap bermain dalam keadaan sakit
60	Oke point berikutnya dari waktu yang lama anda istirahat aaa ketika mengalami cedera ini aaa kerugian apa yang anda alami dari futsal	
65	Yak waktu cedera itu kebetulan ada liga jogja yang liga JFL kalo ga salah itu jadi ketika saya cedera romadhon itu romadhon cup di gps kemudian abis itu ada JFL abis JFL itu saya ke Malaysia habis dari Malaysia ada porda jadi satu moment cukup rugi bagi saya dan saya lewatkan didunia futsal yah moment bela tim pada saat JFL itu	Cedera membuat adit kecewa tidak bisa ikut bermain di JFL
70	Oke mungkin perasaan anda pada saat aaa tidak bisa membela klub anda ketika apa tadi JFL ya jfl itu mungkin seperti apa dalam bentuk perilaku anda mungkin bentuk kecewa anda itu seperti apa	
75	Kecewa pasti ada ketika itu aaa jadi dari Ramadan ke dari Ramadan kena cedera sampai ketika pemanggilan untuk ikut seleksi tu ada jangka waktu sekitar 2 mingguan itu saya pemulihan ketika ikut seleksi aa mungkin otot saya kaki saya belum support jadi krasa lagi sakitnya jadi kecewanya itu ya ketika krasa sakit lagi pas lagi seleksi kemudian sampai ke JFL pemilihan pemain did ii putuskan itu rasa kecewa itu berasa sekali bahkan aa itu kepikiran sampai ke ketika saya di luar lapangan di ketika aktivitas itu mengganggu pikiran saya karena aa JFL itu mungkin salah satu pencapaian yang belum tersampaikan selama ini gitu	Rasa sakit yang sering muncul membuat adit merasa khawatir dan kepikiran diluar lapangan
80		
85	Okee point berikutnya dari kemampuan fisik setelah	

90	cedera ini aa seperti apa sih Aaa jika range waktu setelah cedera sekitar satu bulan dua bulan setelah cedera ada perbedaan fisik yang signifikan ya dari yang saya rasakan jadi pertama fisik dan psikis yang berpengaruh yang psikis itu saya jadi khawatir bermain dan yang fisik kemampuan fisik saya menurun jauh akan tetapi ketika setelah cedera itu ada beberapa turnamen besar yang saya ikuti jadi saya harus mengejar kembali fisik saya meskipun saya merasa turun jauh tapi kan dua turnamen besar yang saya hadapi membuat saya termotivasi untuk terus berlatih	Subjek mengalami perubahan fisik dan psikis secara fisik subjek menjadi menurun dan psikis menjadi lebih takut dalam bermain
95		
100	Oke mungkin perilakunih jadi betuk real dari anda tu ingin dari pingin kembali nih pengen kembali ke top performance tu seperti apa Yakkk jadi saya banyak minta masukan ke pelatih ke pelatih di tim pelatih di luar mungkin ga nglatih saya kenal saya minta masukan beberapa menyarankan untuk latihan fisik di pagi hari itu naik sepeda atau berenang jadi aa saya ga muluk muluk fisiknya tapi dari olahraga itu dulu saya tekuni jadi dari bersepeda dulu saya rutin baru kemudian naik lagi ke ddampingin pelatihan didampingi oleh pelatih baru kemudian ikut latihan sama temen temen yang lainnya	Masukan dari pelatih membantu adit kembali ke pemulihan fisiknya
105		
110	Okee yang point berikutnya ketika setelah cedera adakah perubahan percaya diri mungkin terus aaa dari mungkin kayak targert target futsal yang apa ya yang anda inginkan itu tidak tercapai tu seperti apa ?	
115	Kalo perubahan yang say alami tu mungkin waktu setelah cedera itu ada jelas perubahannya jadi aa saya lebih berhati hati dalam bermain lebih lebih jaga benturan meminimalisir benturan gitu itu itu perubahan dari segi permainan dari segi psikisnya kalo dari segi pencapaian yang saya inginkan itu mungkin dulu saya masih aktif disepakola dan futsal setelah cedera mungkin sepakbolanya jadi lebih menurun intensitasnya jadi saya lebih focus ke futsalnya saja karena mungkin salah satu penyebabnya juga karena otot saya terlalu letih karna mengikuti dua olahraga itu secara rutin	Setelah cedera adit menjadi lebih berhati hati dalam duel dan intensitas bermain bola menjadi menurun akibat terlalu capek futsal
120		
125	Okee aa kemudian ada beberapa pertanyaan yang mungkin masih masih saya ulang dari yang kmaren untuk menginginkan yang namanya tambahan tambahan yang kmare belum disampaikan aa dan bisa disampaikan pada pertemuan kali ini mungkin kan dulu pernah cerita kalo pada saat anda ga bisa berlatih itu ada rasa malu atau rasa apa mungkin bisa dijelaskan	
130		
135	Dulu ya pas lagi cedera itu sudah mulai persiapan porda	Perasaan malu

140	seingat saya jadi salah satu salah satu turnamen itu salah satu sebagian dari persiapan porda pada saat itu karena perangkat timnya sudah terbentuk rasa malu yang dimaksud itu ketika jadwal latihan sudah ada saya tetep dateng dan temen temen ketika itu sudah menggunakan	karena berbeda latihan dengan teman yang lain dan sering berada di pinggir lapangan
145	aaa alat alat olahraga untuk latihan saya hanya duduk dipinggir lapangan dan melihat temen temen latihan jadi dari itu yang saya artikan bahwasanya malu malu itu saya tidak bisa ikut berpartisipasi dalam latihan untuk pecan olahraga daerah itu yang saya maksud dengan malu	
150	Oke kemudian dengan anda bersosialisai nih setelah cedera ini dengan rekan rekan itu seperti apa brarti mungkin dulu pernahkan mengalami mungkin kita ga latihan tapi cuman menepi dilapangan atau mungkin sendiri didi dkususkan oleh pelatih mungkin ada ga sih gangguan gangguan dari perubahan perilaku terhadap cara anda bersosialisasi dengan mereka bentuk perilakunya	
155	Yak bentuk perilaku sih saya lebih kepada kalo berhubungan dengan cedera yaa jadi saya banyak sekali sering menasehati ke temen temen atau diskusi ke temen temen kalo sebelum latihan tu aa pereganggan atau apa namanya segala macam aa worming up tu dilakukan dengan maksimal jadi pertama perilaku itu yang saya	Perubahan social adit menjadi lebih sering membagi pengalaman cederanya kepada teman yang lain
160	anggap sangat berbeda dari dulu saya hanya masuk lapangan langsung megang bola langsung aktivitas dengan bola tanpa ada pemanasan yang saat ini saya sangat sudah meninggalkan hal tersebut jadi sudah langsung pemanasan sendiri pereganggan sendiri dan	
165	saya ngasih tau bahkan ngasih tau ke temen ga enak rasanya cedera jadi kamu harusnya apa namanya maksimal dulu dalam pemanasan itu perilaku yang saya rasakan saya anggap berbeda dari dulu dan sekarang	
170	Tapi adakah mungkin kayak intensitas bertemu mungkin intensitas bertemu dengan orang orang yang mungkin sering kita jumpai pada saat latihan itu kan kita sering aa ada ya mungkin kita ga berangkat latihan atau karena kita masih dalam	
175	keadaan cedera terus komunikasinya mungkin terus srawungnya adakah perubahan perilaku disitu	
180	Jadi aaa kebetulan cedera itukan saya dapatkan sebelum pekan olahraga daerah jadi beda tim dengan pecan olahraga daerah itu kalo tim hanya latihan dan tidak bertemu inten ya sedangkan kalo pecan olahraga daerah itu bahkan dulu sempet di try out di did campkan dikumpulkan jadi satu jadi	Pemusatan latihan yang ada membuat komunikasi dengan rekannya yang lama bisa
	Pemusatan latihan ..	

185	Ehemm pemusatan latihan aa itu teratasi dengan itu meskipun saya jarang latihan tapi ketika aaa ingin pecan olahraga daerah hari h itu ada pemusatan latihan jadi meskipun saya jarang latihan tidak menutup tidak member ruang untuk ada space antara saya daan temen temen karna setelah itu dikumpulkan menjadi satu dan jadi tetep ketemu bareng tetep sawung bareng tetep guyub sama temen temen	terjalin kembali	baik
190	Yak mungkin pertemuan kali ini saya rasa sudah cukup mendapatkan beberapa hasil yang cukup saya butuhkan untuk pertemuan yang kali ini mungkin sekiranya nanti saya masih membutuhkan aaa data lagi informasi lagi dari mas adit saya minta kelegaan hati mas adit untuk memberikan informasi		
195	Yak terimakasih atas kepercayaannya		

VERBATIM WAWANCARA

Interviewee : ADIT
 Tanggal Wawancara : Jum'at, 18 November 2016
 Lokasi wawancara : Kamar Kos Subjek
 Jam : 20:15 – 20:50
 Wawancara Ke - : 3
 KODE : ADIT-S1-W3

baris	Transkrip wawancara	Keterangan
1	Yak selamat malam mas adit untuk terimakasih untuk meluangkan waktu lagi buat keperluan saya melengkapi data saya kmaren aaa langsung saja mungkin kearah pertanyaan saya yang pertama	
5	mungkin aa perilaku pada saat anda terapi dan perasaan anda pada saat mungkin masuk ke klinik maupun ke tempat terapi itu seperti apa	
10	Yak aaa ketika kalo dari awal pertama kena itu khawatirnya sangat besar jadi rasa khawatir saya bener bener aa timbul karna rasa sakitnya tu terasa sekali di kaki kemudian langsung saat itu juga aa nyari informasi kemana kira kira untuk terapinya dapet informasi kemudian besoknya saya langsung ketempat terapis aaa rasanya ketempat terapis itu ya khawatir pertama sih	Awal cedera adit sangat khawatir akan tetapi ketika mendapat perawatan dari terapis adit menjadi lebih tenang
15	setelah masukkan mungkin memang ini karakter dokter karakter tenaga medis membuat aa jiwa dari pasien tu semakin tenang aja jadi ngomong o ga papa ini ga lama kok ini terus bisa cepet sembuhnya jadi setelah saya masuk ya rasa khawatir ya semakin turun kemudian ketika mulai terapis sampai pemulihan itu ya rasa khawatir ya fluktuatif kadang kadang takut kadang kadang aa tenang takut kalo pas lagi terapis latihan kok kayaknya ga ada peningkatan karna aa dasar saya ngeliat ada peningkatan atau tidak kan dari sakitnya di kaki jadi kok kayaknya	
20	sakit terus ga sembuh sembuh gitu itu yang saya maksud fluktuatif naik turun	
25	Oke kemudian mungkin aa motivasi yang berbentuk perilaku perilaku anda ni mengandung unsur keinginan atau mungkin dorongan dalam diri anda supaya bisa kembali ke futsal itu tu seperti apa	
30	Perilaku ya mungkin pertama kalo perilaku saya melakukan apa yang dianjurkan oleh terapis jadi perilaku saya saya dari mulai apa kayak di kasih air anget apa air dingin dulu ya bentuk jadi nanti setiap hari dikasih ini itu bentuk bentuk apa yang saya lakukan apa yang disuruh saya lakukan sesuai dengan waktunya jadi bener bener saya ikuti itu jadi ga ada ngeyel ngeyel ibaratnya	Tetap disiplin dalam menjalani program buat pemulihan
35	Oke bentuknya apa saja tu kalo masih masih inget metodenya apa saja untuk megembalikan motivasi	

40	anda Aaa kalo yang dilakukan yaaa saya bisa mengembalikan motivasi itu ya kalo dah ga ada rasa sakit di kaki saya semakin yakin kalo ini bakal bisa sembuh jadi mungkin dari pertama yang ga usah diapa	Mengikuti apa pesan dari terapis secara rutin
45	apain dulu jangan ditekek haa kemudian dikasih dikasih apa namanya air hangat kemudian kalo dah ga krasa baru ada step lanjutannya jadi perilaku itu bener bener saya terapkan dari dari yang disarankan	
50	oke sebelum anda mungkin berolahraga sepakbola mungkin olahraga badminton futsal mungkin dalam penelitian ini futsal adakah pengetahuan nih mengenai cedera lutut ACL sebelum anda memilih olahraga atau berolahraga seperti itu	
55	kalo sebelum bener bener sebelum latian sebelum terjun didunia olahraga saya ga tau di cedera cedera tersebut cuman setelah saya terjun jadi kan banyak temen temen yang udah kena terus yang udah sembuh sebelumnya apa cedera terus di sembuh kembali ada yang bahkan ga bisa melanjutin jadi saya tau informasi ya dari berdasarkan cerita temen itu kalo masalah cedera yang ACL ini	Adit tidak mengetahui mengenai cedera ACL sebelumnya
60	oke mungkin pertanyaan berikutnya sedikit sensitive ya mengenai fee yang anda dapatkan ketika anda mengikuti turnamen itu seperti apa aaa turnamen ,,	
65	mungkin turnamen kecil dan besar seperti itu kalo yang kecil itu biasanya yang danain kita sendiri jadi terus nanti biaya hasil hadiah baru dibagikan dipotong biaya pendaftaran jadi kayak pendaftaran sendiri terus hadiah baru dibagikan itu yang turnamen kecil kalo turnamen besar itu kalo yang contoh porda pekan olahraga daerah itu saya cukup merasakan cukup besar juga dihargainlah kalo didunia di porda kmaren itu dari uang transport latihan ada terus biaya makan ada fooding isilahnya tu fooding ada terus aaa perpertandingan ada kmudian nanti diakhir ada mungkin dikasih bonus yaaa	Turnamen kecil didanai bersama tapi turnamen besar sudah ada yang menanggung
70	oke kalo turnamen kecil ketika anda pernah menjuarai turnamen kecil maupun turnamen yang mungkin tingkatnya nasional mungkin kalo yang bukan profesional walaupun itu tingkat nasional itu mungkin kira kira nominalnya berapa kalo juara	
75	aaa kalo ikut tim saya aa juara ikut tim kayaknya belum belum ya tapi kalo yang ikut kampus itu yang juara udah ada beberapa aa jadi biasanya kalo di kampus itu kita muternya bukan bentuk langsung kembali ke kita tapi jadi kayak uang transport yang dulu dikembalikan gitu terus aaa uang hadiah nanti di masukkan ke kas ukm jadi yang saya rasakan ya aaa dari bentuk transport dan	
80		
85		

90	akomodasi disana mungkin yang anda tahu tentang turnamen turnamen kecil itu nominalnya juara kalo seumpama dapet juara itu berapa gitu rata rata kecil tu itu 1.250.000 untuk hadiah pertama ya itu kecil sampai 2 juta itu kategori kecilah kemudian naik lagi mungkin yang sedang ya bisa diatas itu sampai 3 juta	Nominal yang didapat jika menang turnamen kecil
95	sampai diatasnya itu dah termasuk besar karena aaa biasanya pendaftaran cuman 150 sampai 300 jadi biasanya juga berhubungan sama biaya pendaftarannya oke kemudian seberapa dekat anda dengan pelatih anda	
100	selama ikut tim dan ikut aa membela kampus kemudian ada diluar saya dilatih mungkin 3 pelatih aa seberapa dekat saya merasa mungkin karena intensitasnya yang cukup tinggi jadi yaa paling dekat itu di pelatih porda	Subjek dekat dengan beberapa pelatih
105	mungkin kemudian karena kemudian pelatih dari kampus yang cukup lama ikut latihan kemudian yang terakhir mungkin yang tim ini yang tim sekarang karena baru mungkin baru beberapa bulan ya cukup dekat juga	
110	kemudian harapan yang anda inginkan dari mungkin dari pelatih kemudian manager klub official ketika pada saat anda ini cedera itu seperti apa aaaa dulu itu yang yang komunikasi sebenarnya manager dan pelatih ya ketika cedera itu manager ngomong kamu ga usah ikut dulu ya yang ini yang ini maksudnya JFL ya aa di sembuhin dulu aja cederanya karena persiapan porda jadi aaa manager pelatih itu yang ngasih masukkan itu jadi pertimbangannya kenapa saya ga ikut JFL itu karena mau difokuskan ke pecan olahraga daerah yang turnamennya memang	Pelatih member saran supaya istirahat dan buat persiapan porda
115	bergengsi	
120	betull mungkin harapannya lebih kearah kayak angan angan mu kalo anda tu mengalami cedera itu dari pihak pelatih official dan sebagainya itu seperti apa sih gitu kekamu	
125	yakkk aa sebenarnya saya ngliatnya kalo kalo tanggung jawab tim itu bisa saya minta atau saya harapkan ketika saya bela tim jadi ketika saya bela tim terus saya cedera saya berharap besar aaa ditanggung oleh pihak pihak tim karna ada beberapa pengalaman temen itu yang pas cedera beratpun Alhamdulillah di dampingi masalah biayanya	Harapan adit kepada tim tidak sesuai dengan apa yang didapat
130	oke kemudian aaa mungkin motivasi secara internal anda pribadi mungkin bisa dijelaskan untuk saat ini seperti apa	
135	aaa sekarang mungkin karna umur ya jadi motivasi saya	Motivasi

	kedepan saat ini yaa gaa banyak banget memang untuk dunia olahraga tapi yang saya inginkan lebih ke menjaga kesehatan sih maksudnya tetep kebugaran iya tetep bisa sehat dari dunia olahraga yang saya hobi yang saya minati ini oke kmudian bentuk dukungan dari lingkungan mungkin pacar ibu sodara keluarga dan sebagainya yang betuk nyata bagi anda ketika anda cedera itu seperti apa yang pertama kalo keluarga itu mereka ga tau olahraga jadi background keluarga saya ga ada yang tau olahraga jadi mereka yaa bentuk supportnya ga banyak cuman mereka cuman ngomong ngapain ta kayak gitu terus entuk e opo ya iyaaaa yak ketika saya cedera kan banyak aktifitas yang saya menguatkan otot tapi kliatan aneh sama orang awam jadi ada kayak narik narik karet pake kaki gitu kan orang orang awam melihat aneh tapi aaa saya tetep meskipun ga banyak namunkan kayak orang tua yang sering cerita kalo ini kmaren olahraga terus cedera apa besok mau pecan olahraga daerah itu yang motivasi saya meskipun ga secara langsung tapi nyata dari orang tua yang bangga sama anaknya yang ikut pekan olahraga daerah tuu itu yang menjadi motivasi saya kmudian bentuk perilaku yang nyata pada saat anda rehabilitasi atau penyembuhan maupun recovery pemulihan dari pasca cedera itu seperti apa aaa ketika pemulihan bentuk nyata saya betuk nyata dalam bentuk perilaku anda aaaa yaaa yang pasti aktivitas aktivitas yang berkaitan dengan aa olahraga itu saya kurangi itu betuk nyata saya yang pertama yang kedua aaaa ketika saya belum boleh olahraga yaaa terapis terapis dari bentuk bentuk kayak penyembuhan luka di otot itu yang saya lakukan kayak ngompres jangan ditekuk itu yang tetep saya lakukan tapi kalo sudah mulai boleh latihan ya narik karet sepeda renang itu tahapannya baru setelah otot saya sudah dirasa sudah pulih baru mulai naik ke fisiknya okee kita tarik kesimpulan dari anda mendapatkan mungkin pengalaman mungkin kalo kasarnya dari saya tu fee dari bentuk futsal sama mungkin impact arah anda pernah mengalami sebuah cedera itu anda rasa imbang atau tidak untuk ini karena saya bukan pemain profesional tapi punya hobi dii bidang ini yang pertama kalo kita ngomongin imbang dan ga imbangnya yang pertama pasti ga imbang karena	sekarang untuk menjaga kebugaran Kebanggaan jika bisa bermain di level yang cukup bergensi Pemulihan untuk siap bermain yaitu kurangi aktivitas berat, bersepeda, renang dan narik karet dikaki Hasil dari futsal menurut adit tidak imbang
140		
145		
150		
155		
160		
165		
170		
175		
180		

185	biaya mengobati itu pasti lebih besar daripada yang didapat sementara ini itu kalo kita belum baru sebatas kita masih sebatas non profesional yaa tapi itu tertutupi dengan minat saya yang besar terhadap olahraga ini kalo tadi pertanyaan sebatas cukup atau ga cukup atau imbang ga imbang ya saya jawabnya ga imbang kalo digabungkan dengan rasa puas saya ya imbang dan ga imbang tertutupi karena saya puas dengan olahraga yang saya tekuni	dengan apa yang didapatkan tapi adit cukup puas karena bisa belajar dengan hobinya tersebut
190	walaupun anda pernah mengalami sebuah cedera yaa	
195	yaaa meskipun meskipun pernah mengalami cedera saya malah berpikir kalo saya belum pernah mengalami cedera ini perilaku saya selama futsal tidak akan bisa berubah dari mulai sikap sebelum bermain dari sikap setelah bermain dari saat bermainpun tidak akan berubah menurut saya ini pelajaran yang sangat berharga	Dari cedera ini adit mampu mengambil nilai positifnya
200	oke mungkin banyak sekali ya mungkin perubahan dari cedera ini anda bisa menarik sebuah mungkin pengalaman positif untuk lebih baik kedepannya mungkin terimakasih atas informasinya mas adit	
205	ya sama sama mas	

VERBATIM WAWANCARA

Interviewee : Diki Mandala
 Tanggal Wawancara : Jum'at, 14 Oktober 2016
 Lokasi wawancara : Kamar Kos Subjek
 Jam : 22:15 – 22: 40
 Wawancara Ke - : 2
 KODE : DIKI-S2-W2

baris	Transkrip wawancara	Keterangan
1	Yak terimakasih mas diki saya dari yozhy wihandaru dari prodi psikologi meminta bantuannya mas diki mandala untuk membantu proses pengerjaan tugas akhir saya a.. mungkin dari mas diki sendiri	
5	memperkenalkan data diri mas diki sendiri dari umur kemudian sudah berapa lama menggeluti olah raga futsal kemudian turnamen apa saja yang pernah diikuti silahkan	
10	Ya... sebelumnya terimakasih perkenalkan saya diki mandala a... umur 20 tahun mulai menggeluti olahraga futsal mulai dari kelas 2 smp kemudian a....	
15	Turnamen apa saja yang pernah diikuti a... turnamen yang tarafnya paling tinggi porprov di madiun tahun 2013 kemudian a.... BFD cup di Surabaya tahun 2013 juga	
20	mungkin sudah pernah mengikuti klub profesional apa belum ? a... klub profesional belum pernah a... sementara ini baru regional jogja saja	
25	terus yang paling berkesan dalam turnamen yang paling besar itu yang mana? itu tadi pada tahun 2013 porprov jatim yang di selenggarakan di madiun	
30	terus sejauh ini pernah belum dilatih oleh pelatih yang profesional ? dulu pernah masuk itu prapon jatim futsal futsal jatim dilatih oleh coach andri irawan	
35	kemudian a... langsung saja ke prosesnya mungkin bisa ceritakan anda mengalami proses cedera tersebut awalnya pada pertandingan futsal melakukan gerakan shooting namun tidak mengarah pas ke gawang dan saya memaksakan dari situ pas melakukan tendangan shooting memakai kaki kiri saya memakai tumpuan juga kaki kiri a.. dan badan saya berputar dan lutut bagian kiri luar itu masuk kedalam itu yang disebut itu dislokasi ungkin seperti itu	Subjek memaksakan gerakan yang mengakibatkan terjadinya cedera
	sejauh ini pernah mengalami cedera selain ACL apa belum ?	Subjek pernah mengalami cedera

40	kalo selain cedera lutut ACL dulu SMA pernah terkena cedera engkel juga a... seperti kesleo begitu setelah cedera ini bedanya dengan cedera engkel atau yang lainnya apa gitu ?	
45	kalo bedanya dengan cedera yang lain mungkin yang saya rasakan mungkin cedera lutut ini lebih berat soalnya dia tidak seperti punya tenaga atau mungkin disebutnya kopong atau gimana gitu seperti kalo buat tumpuan itu beda rasanya degan kaki kiri dan penyembuhannya cukup lama	Cedera ACL ini terasa berat dan tidak bertenaga jika digunakan sebagai tumpuan
50	oke ada factor selain dari tadi dislokasi atau sebagainya mungkin kayak pemanasannya kurang atau benturan dari lawan ada factor darisitu ?	Kurang pemanasan, kelelahan dan over use sebagai penyebab utama
55	kalo factor penyebab dari yang lainnya a... bisa jadi kurang pemanasan dan sebelum beberapa hari sebelum tekena itu saya tenaga saya terforsir ketika berobat dokter bilang aaaa ini ototnya masa masa ototnya terlalu berat dan a... terlalu terforsir mungkin bisa jadi karna kecapekan juga	
60	jadi ada kemungkinan yam as diki ini mengalami over training ya bisa jadi a... apakah setelah cedera ini pernah merasakan rasa yang lebih nyaman beberapa hari atau beberapa periode setelah cedera ini	
65	a.... kalo yang saya rasakan saat ini ga ada bedanya dengan dulu saat cedera karna dulu saya a... bener bener focus kepenyembuhan dan mencoba menghindari a.. aktifitas yang berat yang memerlukan kinerja otot lutut yang lebih besar lagi	Sampai sekarang belum ada perubahan setelah terapi dan hanya fokus rehabilitasi
70	a... mas diki pernah ga setelah cedera kmudiaan pada masa rehabilitasi itu masih memaksakan main ?	
75	ya mungkin pada saat itu pada saat cedera yang kedua mungkin saya kurang efektif dalam penyembuhannya karna saya memaksakan a... harusnya masih dalam a... waktu istirahat dan saya memaksakan dan terkena cedera saya kambuh lagi itu kurang lebih berapa bulan setelah cedera ?	Memaksakan bertanding pada saat masa pemulihan cedera
80	a... setelah cedera pertama kali itu rentan waktunya kurang lbih 2 bulan a.. 2-3 bulan jadi 2-3 bulan anda setelah cedera yang pertama anda memaksakan main untuk pada saat itu dan cedera yang kedua iya bener	
85	a...kmudian pada saat cedera yang kedua itu anda sudah pernah terapi sebelumnya ? a... sudah setelah cedera yang pertama setelah beberapa	Belum sembuh

90	minggu saya rutin melakukan terapi untuk meringankan itu cederanya dan Alhamdulillah sebenarnya kayak cedera itu ga terlalu berasa tapi saya tidak tau kalo itu belum sembuh secara sempurna dan saya memaksakan mungkin pesan terapis sendiri pada saat a... cedera yang pertama itu apa ?	dan memaksakan bermain
95	dari fisioterapis sendiri itu menyarankan bahwa sebaiknya dalam waktu rehat itu penyembuhan itu tidak boleh sama sekali aktifitas yang memerlukan itu tadi gerakan yang sangat berta iru tadi harus benar benar fokus dan focus pada penguatan lutut itu saja	Saat rehabilitasi hindari kegiatan yang berat dan fokus pada penguatan lutut Relaps akibat benturan
100	oke terus yang pada saat proses cedera yang kedua itu prosesnya seperti apa mungkin pemansan yang kuarang atau benturan dari lawan	
105	kalo cedera yang kedua sendiri mungkin murni saya terkena benturan dari situ kemudian anda mendapatkan penanganan secara medis atau tidak ?	
110	a... kalo secara medisnya mungkin a... kondisi lutut saya langsung dikompres dengan es batu untuk meringankan rasa nyerinya tersebut lebih lanjutnya pada sore harinya saya langsung mendatangi itu fisioterapisnya itu untuk dilemaskan lagi lututnya pada saat cedera yang pertama tadi juga mendapatkan perawatan yang serupa ?	Penanganan pertama dengan kompres es dan kemudian dibawa ke terapis
115	a... serupa mungkin yang pertama mungkin lebih intensif karna itu pertama kali dan sempat bengkak selama dua hari dan saya tidak bisa berjalan mungkin yang anda rasakan yang khas dari cedera ACL ini apa ?	2 hari tidak bisa berjalan akibat cedera
120	a.... yang khas dari cedera acl ini mungkin a,,, bagi yang merasakannya itu lutut rasa ga punya tenaga dan juga a... ketika ada gerakan yang mendadak lutut berbunyi seperti apa ya seperti kratak atau seperti kaca yang retak mungkin seperti itu mungkin kalo posisi tertentu merasakan sakit atau tidak	Merasakan lemah pada lutut dan berbunyi
125	kalo posisi tertentu mungkin kalo saya a... diposisi yang kadang tidak fokus atau berdiri kadang merasakan lutut tu kayak itu tidak kompak tidak pas dalam gerakannya mungkin mengganggu gaya mungkin untuk kearah nanti kamu kuliah atau beraktifitas lain kira kira mengganggu atau tidak ?	Ketika lutut lurus atau berdiri terasa tidak kompak kakinya
130	a.... sejauh ini tidak cukup mengganggu karna aktifitas sehari hari yang saya lakukan tidak membutuhkan gerakan lutut yang berat a... ya mungkin saya tidak merakan keluhan mungkin begitu	Tidak bisa aktivitas yang berat
135	mungkin apa ya derajat robekan atau tahapan tau	

140	dari terapis berapa persen? Kmarenpada saat saya konsultasi kepada fisioterapis di dokter un solo itu dokter mengatakan sekitar acnya kerusakannya sekitar 90% dan itu harus dilakukan operasi untuk penyembuhannya Oke padasaat anda mengalami cedere itu andamasuk dalam suatu kepengurusan klub apa tidak ? Pada saat cedere pertama kali saya tidak ikut dalam pengurusan klub tetapi untuk cedera yang kedua a...	Kerusakan ACL 90% dan harus operasi
145	pada saat itu saya sedang membela suatu kepengurusan klub di suatu pertandingan mungkin seperti itu Oke yang pada saat yang pertama tadi itu turnamen yang seperti apa ? kecil atau besar	Di turnamen kecil subjek pertama mengalami ACL
150	Kalo Yang turnamen yang pertama saya waktu cedera mungkin tarafnya hanya internal kampus karna hanya antar jurusan mungkin bgitu Kmudian cedera yang kedua sperti apa ?	
155	Sedangkan cedera yang kedua mungkin tarafnya mungki lebih profesional lagi karna antar club se daerah jateng diy di daerah boyolali Jadi anda mengiktui turnamen secara profesional juga ya ? Iya mungkin begitu	
160	Oke terus tanggung jawab dari klub itu sendiri itu apa buat anda ? Kmaren sih setelah cedera pada saat membela klub saya diboyolali itu dari pihak management itu sendiri sebenarnya sudah menawarkan a... untuk penanganan lebih lanjut khususnya operasi untuk a... mungkin mengembalikan kondisi lutu saya agar bisa beraktifitas rutinitas a.. futsal lagi mungkin seperti itu	Peran klub menawarkan operasi untuk subjek
165	Jadi robekannya cukup parah ya Kalo dokter menyatakan itu lumayan parah a... dan harus apabila ingin kembali kerutinitas futsal harus dilakukan operasi	
170	Owhh berarti operasi mungkin menakutkan sekali ya kalo operasi mumgkin dari a... pihak klub sendiri sumbangsiya apa sih buat anda biar bisa pulih lagi ? A... klub sendiri Alhamdulillah pada saat cedera yang kedua tu diberikan kayak semacam uang saku untuk a.. melakukan terapi lagi kmudian yang terakhir kmarin sempet menawarkan operasi secara gratis untuk a... menyembuhkan lutut saya	Klub memberikan uang saku dan tawaran operasi
175	Itu dimana anda melakukan operasi Kmaren sih rencananya akan dilakukan di kalo tidak di rumah sakit pku muhammdiyah klaten a... dan dir s sardjito jogja	
180	Jadi begitu a.. mungkin dari proses dan dampak dari	

185	ranah klubnya sudah cukup kmudian dampaknya secara emosional secara perasaan anda itu apasih yang anda rasakan pada saat itu Mungkin pada pertama kali cedera saya kurang paham mengenai apa yang saya sedang alami mungkin dalam benak saya mungkin saya hanya a.. mengalami cedera	Awalnya subjek tidak memahami cedera ini ketika mengetahui subjek down, takut jika tidak bisa bermain lagi
190	biasa tapi setelah a,, tau bahwa itu saya mengalami cedera lutut yang a.. mungkin agak parah mulai dari saat itu juga saya sempet down dalam artian saya takut kalo tidak bisa kembali ke rutinitas futsal seperti sebelum saya cedera	
195	Kemudian a... dari saat anda mengalami cedera yang pertama itu apa yang anda pikirkan saat itu jadi bayangan anda kedepan itu seperti apa ? e... pada saat setelah mengalami cedera yang pertama yang saya bayangkan kedepannya mungkin saya tidak bisa a... terus apa bila dikisarkan dengan persentase mungkin saya tidak bisa 100% mungkin hanya sekitar a... 70-80% a.. berprestasi dalam futsal mungkin seperti itu	Subjek berfikir tidak bisa berprestasi dalam olahraga lagi pada saat cedera
200	jadi istilahnya mau berprestasi lagi sangat minim untuk kembali lagi ke top performa itu sangat sedikit gitu istilahnya iya mungkin bisa dikatakan seperti itu karna juga saya berpikiran a,,, memang cedera yang ditakutkan para atlet-atlet olahragawan itu mungkin cedera lutut makanya saya agak pesimis bisa kembali ke top performa seperti dulu lagi	
205	kmudian dari lingkungan social anda mungkin dari keluarga teman dekat itu kira kira anda dalam berinteraksi dengan mereka itu ada perubahan apa ga sebelum cedera dan setelah cedera	
210	a... Alhamdulillah mungkin setelah cedera a... kayak seperti mungkin orang-orang terdekat seperti orang tua teman-teman dan yang lain itu mungkin lebih inten lagi untuk memberi dukungan dan motivasi kepada saya terutama a.. motivasi untuk kesembuhan saya mungkin seperti itu	dukungan dari orang tua lebih intens untuk subjek bisa sembuh
215	itukan dari segi yang positif mungkin anda bisa dapet support tapi dari segi negatifnya apakah anda ada keinginan lagi untuk latihan apa namanya kayak rasa buat latihan ada ga ?	
220	sebenarnya saya mungkin sering kali masih a... membayangkan saya masih punya keinginan a... untuk kembali lagi ke rutinitas futsal mungkin seperti latihan atau paling tidak a.. ya melakukan gerakan-gerakan kecil dalam futsal mungkin masih tiap hari dalam benak saya ingin melakukan	subjek hanya bisa membayangkan rutinitas futsalnya
225		
230		

235	kmudian mungkin perasaan anda pertama kali futsal sebelum anda cedera itu seperti apa sih secara perasaan anda tu mungkin tujuannya motivasinya apa mungkin dulu sebelum cedera motivasi saya mungkin sama dengan para atlet-atlet yang lain mungkin ingin ke puncak prestasi mungkin dalam benak saya mungkin puncak prestasi mungkin minimal bisa bermain di klub profesional bahkan mungkin saya bisa membela timnas nasional futsal mungkin seperti itu	alasan dia memilih futsal ingin membela timnas
240	kmudian setelah anda cedera ini sebelum dan setelah anda cedera ini mungkin dipikirkan pertama kali sbelum anda cedera jauh jauh hari itu anda cedera itu pikiran anda tentang futsal tu apakah nyari seneng seneng atau mungkin cuman olahraga tok atau seperti apa ?	futsal passion dari subjek untuk berprestasi dan ketika cedera ingin tetap berprestasi walaupun hanya dengan mengikuti perkembangan melalui media
245	mungkin a,,, dulu sebelum saya mengalami cedera mungkin merasakan difutsal tu bahwa ini salah satu passion saya a... mungkin dari dulu basic saya disepakbola tapi entah kenapa setelah melihat futsal tu seperti ada a... peluang untuk saya lebih berprestasi lagi tu ada di futsal mungkin pada saat sebelum itu saya passion saya lebih ke futsal daripada ke pada sepak bola namun setelah a.. cedera a,,, mungkin agak mengendor lagi a... ya tetep dari benak saya dari jiwa saya ga bisa hilang a... jiwa futsal saya meskipun paling tidak saya tetep mengikuti perkembangan futsal tapi untuk kea rah yang berprestasi mungkin saat ini saya kurang begitu yakin mungkin begitu	wasit pada turnamen kecil tidak profesional dan kurang safety bagi pemainnya
250	sejauh ini kan anda pernah mengikuti turnamen kecil dan turnamen besar ya kmudian dari pihak oraganisasi sendiri nih dalam menyelenggarakan turnamen kecil dan besar bedanya menurut anda tu dari segi saftymya pemain tu seperti apa sih	turnamen besar atmosfernya bagus dan safety bagi pemain diutamakan
255	ya mungkin kalo safetynya sendiri bisa dibedakan ya mungkin kalo yang tarafnya kecil tu kurang memperhatikan safetynya mungkin untuk a... teknis pertandingannya mungkin dari wasit atau apa mungkin kurang memperhatikan a,,, mana aturan aturan yang perlu ditegakan amana atjran yang memang perlu ditolerir mungkin seperti itu	
260	kmudian kalo yang turnamen besar seperti apa ?	
265	kalo turnamen besar itu ya memang mereka lebih a lebih dalam aaa tmosfirnya lebih bagus tapi mereka juga memperhatikan juga a... safetynya pemain mungkin ada beberapa a... aturan aturan yang memang dilakukan mungkin begitu	
270	oke kmudian mungkin simpulannya mengarah	
275		

280	kesimpulan dari diri anda sendiri mungkin simpulannya untuk olah raga futsal itu sendiri memaknai olahragafutsal itu sendiri sebelum anda cedera dan setelah anda cedera seperti apa ? saya memaknai futsal ini sebelum cedera sendiri mungkin futsal mungkin salah satu sebagai salah satu a... apaya sebagai salah satu bidang tuk anak anak muda jaman sekarang apa lagi yang futsal diindonesia itu sendiri sangat menjamur sangat banyak menjadi salah satu wadah untuk menyalurkan bakat bakat anak-anak muda khususnya dibidang olah raga kmudian setelah cedera sendiri mungkin futsal saya tidak mau menyalahkan si futsal tapi saya lebih melakukan intropeksi diri kepada diri sendiri dan berpesan kepada temen temen yang lain mungkin agar memperhatikan kondisi fisik dan tidak terlalu memaksakan ketika bermain maupun selama latihan mungkin seperti itu kemudian pada saat recovery atau rehabilitasi untuk penyembuhan sendiri mungkin saran buat diri anda sendiri maupun temen-temen yang mungkin mungkin mengalami hal yang serupa dengan anda seperti apa sih ? a... mungkin saya memotivasi diri saya sendiri a... begini mungkin tidak a. tidak bisa berprestasi saat ini namun suatu saat saya yakin saya pasti kembali lagi kepada passion saya mungkin tuhan dalam saat ini memberikan jalan lain mungkin a.. saya disuruh berhenti dulu namun suatu saat saya yakin saya pasti akan kembali ke passion saya seperti dulu lagi mungkin untuk berprestasi lagi kmudian pesen untuk temen-temen yang lain untuk recoverinya mungkin a... saya himbau ke temen-temen yang a.. masih dalam kondisi fit untuk sekarang ini hendaknya agar selalu memperhatikan itu a... pola latihan pola makan pola istirahat itu hendaknya agar bener bener diperhatikan karna bisa mempengaruhi juga kmudian a... difokuskan kepada kekuatan otot paha dan juga otot betis agar dikuatkan agar kerja lutut itu tidak terlalu berat mungkin seperti itu oke kmudian pada saat menjalani terapi saran buat diri anda sendiri dan temen-temen yang lain seperti apa ? pada saat terapi yakin saja bahwasanya kita selalu berfikiran positif a.. untuk sembuh dan sembuh mungkin seperti itu aja oke kemudian dari a.....motivasi dari anda untuk bisa kembali lagi untuk bermain futsal itu seperti apa sih motivasi saya mungkin Alhamdulillah saya sendiri	Rehabilitasi subjek merasa yakin bisa sembuh dan kembali ke passion lagi, fokuskan pada penguatan otot paha dan betis pada recoverynya Positif thinking subjek pada saat terapi Alasan subjek
-----	--	--

330	mempunyai sodara kembar dan sodara kembar saya sendiri mungkin saya jadikan motivasi bahwasanya a... di masih perlu butuh support saya terutama dalam di dalam maupun diluar lapangan a... kmudian saya juga selalu mengikuti update terbaru a.. figure figure futsal mungkin untuk lebih memacu motivasi saya untuk kembali berprestasi lagi	ingin kembali futsal yaitu dari sodara kembarnya yang memacu subjek untuk kembali lagi setelah sembuh cedera
335	kemudian simpulan buat social support anda yang paling apa ya paling berperan dalam masa anda sekarang rehabilitasi itu siapa ?	
340	a... yang jelas yang pertama kali orang tua karna beliau a.. orang tua saya mungkin a .. tidak henti hentinya memberikan motivasi saya bahwasanya masih ada untuk kesempatan itu masih ada kesempatan sembuh masih ada berprestasi lagi mungkin sekarang ini lagi a... ndak papa a... istirahat dulu istilalnya mungkin untuk kedepannya insyallah bakal kembali berprestasi lagi	Orang tua, dan teman dekat lainnya sebagai orang yang memberikan dukungan bagi subjek
345	kmudian ada juga disana temen dekat a.. mungkin bisa dibilang pacar saya sendiri mungkin lebih inten dalam member semangat saya dan juga temen-temen banyak sekali di sekeliling saya yang ndak ada henti-hentinya memberikan motivasi saya untuk berprestasi lagi	
350	kmudian dari pihak klub sendiri seperti apa memberikan support kepada anda ?	
355	Alhamdulillah dari pihak klub sendiri sebenarnya a... setiap kali menanyakan kabar juga menanyakan gimna untuk persiapan saya mungkin kearah a... meja operasi tadi mungkin klub mengharap juga agar secepatnya kembali ke rutinitas latihan atau a... membela klub lagi mungkin seperti itu	Klub menginginkan subjek untuk mempersiapkan untuk operasi
360	Sejauh ini anda selama terapi menggunakan uang sendiri maupun uang klub?	
365	Sejauh ini mungkin saya menggunakan biaya sendiri terutama biaya dari orang tua mungkin dari klub sendiri pada saat cedera yang kedua itu aja a... cuman sekali klub membiayai biaya terapi saya mungkin seperti itu	Biaya perawatan selam cedera menggunakan uang sendiri klub hanya sekali memberikan biaya terapi
370	Oke terus berarti memaknai sudah memaknai olahraga futsal seperti apa mungkin sekiranya cukup informasi yang mas diki sudah berikan mungkin besok suatu saat nanti saya masih kurang dalam infomasi mungkin saya bisa meminta bantuan mas diki kembali	
	Iya sama sam mas yosi a... saya siap membantu apabila dibutuhkan lagi informasinya makasih	

VERBATIM WAWANCARA

Interviewee : DIKI
 Tanggal Wawancara : Minggu, 30 Oktober 2016
 Lokasi wawancara : Kamar Kos Subjek
 Jam : 22:45 – 23:15
 Wawancara Ke - : 3
 KODE : DIKI-S2-W3

baris	Transkrip wawancara	Keterangan
1	Yak terimakasih mas diki atas kesempatannya pada malam hari ini mungkin melanjutkan aaa wawancara yang kemarin mungkin saya masih membutuhkan beberapa data untuk masih saya gali	
5	untuk mengenai profil dan sebagainya mungkin mas diki sendiri bisa menjelaskan lebih dalam lagi mengenai profil maupun data diri dari mas diki sendiri	
10	Aaa terimakasih mas yosi selamat malam aaa tambahan untuk profil saya kemarin mungkin melengkapi kemarin aaaa nama saya diki mandala asalnya magetan kelahiran 3 oktober 1996 aaa untuk latar belakang keluarga sendiri saya anak no 3 dari 3 bersaudara aaa bapak ibu saya aaa punya anak 3 cowo semua dan saya yang terakhir aa	terdapat darah olahraga dari sang ayah
15	untuk latar belakang olahraga sendiri bapak saya sendiri dulu aaa mantan atlet voli tingkat jawa timur aaa kelahiran sidoarjo dan darah olahraga mungkin berasal dari bapak saya sendiri mungkin seperti itu mas	
20	Oke kemudian aa sebelum anda masuk kearah futsal itu sbenarnya anda sudah mengetahui apa ga mengenai resiko mengenai ACL sendiri	
25	Aaaa jujur sebelum sakit saya mengalami cedera ini saya dulu aaaa belum tau pertama kali mengenal futsal kalo kok apabila futsal itu bisa sampai separah ini cederanya dan mungkin baru baru aja sebelum saya cedera kemarin baru mengetahui karena mungkin rekan saya dan juga teman saya beberapa ada yang sudah mengalami sebelumnya	Tidak mengetahui pengetahuan mengenai ACL
30	Kemudian selama rehabilitasi apa yang anda pikirkan	
	Pada saat masa rehabilitasi aaa itu saya memikirkan aaa mungkin focus kesembuhannya karna agak sepaneng terfokus kapan aaaa waktunya sembuh kok , yang saya rasa kok ga sembuh sembuh	Fokus sembuh pada saat terapi
35	Mungkin dari pikiran pikiran seperti itu adakah perasaan yang mungkin menggajal atau kita aa sudah pingin main tapi kok belum sembuh sembuh tu perasaan anda gimana	
	Yaaa pasti ada perasaan seperti itu mungkin aa lebih	Keinginan ingin

40	kearah mengenai kenapa kok aaa sebenarnya apasih yang yang sedang bermasalah dilutut saya mungkin yang saya pertanyakan seperti itu pertanyaan yang mengganjal mungkin aaa apabila saya pingin melakukan apa tu aaa mungkin secepatnya pingin operasi mungkin seperti itu	segera operasi agar bisa bermain kembali
45	untuk lebih mengetahui seberapa parah mungkin seperti itu	
50	Kemudian sebelum cedera ini cara anda dalam bermain futsal atau olahraga lainnya itu seperti apa ?	
55	Kalo futsal sendiri mungkin sebelum cedera saya mungkin mengendalkan itu ya kelebihan saya ya di mungkin diperihal speed dan juga akselerasi mungkin saya dlu sebelum cedera aaa lebih banyak melakukan maneuver maneuver yang mungkin sedikit banyak aaaa bisa mengakibatkan resiko mungkin yang saya alami seperti itu	Kecepatan dan akselerasi tinggi ketika bermain
60	Kemudian setelah cedera itu perubahan secara fisik tadi secara fisik yang anda rasakan itu seperti apa	
65	Yaaa hhae kalo perubahan secara fisik mungkin saya lebih itu lebih mengatakan kalo saya agak lebih gemuk berat badan saya naik dan juga kekuatan kaki saya turunya mungkin drastis sekitar 50% mungkin segitu	Adanya perubahan dari berat badan dan kekuatan fisik
70	Itu dari segi fisik kemudian dari aa perasaan anda perasaan anda dengan kondisi anda sekarang ini ketika melihat orang lain bermain futsal itu seperti apa sih	
75	Yahh haa mungkin kalo perasaan yang saya utarakan mungkin kalo bahasa jawanya itu ya mas nelongso ya mungkin ya karena rasanya kok terlalu cepet banget kok ya ga tau mungkin ini saya lagi diuji tetapi aa yang saya rasakan mungkin seperti itu nelongso karena melihat temen temen yang lain bisa leluasa bisa aaa menyalurkan hobinya aa dann sedangkan saya sendiri ini harus bener bener vakum dari olahraga futsal mungkin seperti itu	Sedih karena terlalu dini mengalami cedera ini
80	Kemudian setelah dulukan pernah tu megalami masa dimana masih nyaman masih enak buat jalan atau buat berlari itu pernah ga menggunakan kneepat dalam waktu itu	
85	Aaa tidak pernah saya menggunakan seperti apa pelindung lutut atau mungkin saya natural banget ga kayak itu aa dulu pernah mengalami mungkin aaa otot keram itu saya cuman menggunakan itu apa knesiotaping gitu mungkin seperti itu	
	Oke pada saat menggunakan knesiotaping itu sendiri fungsinya untuk mengurangi kerja lutut, knapa anda tidak memilih itu alasannya apa ?	
	Ya say dulu tidak ber berpikiran sampai se sampai	

90	kesitu ya mungkin saya rasa dulu lutut saya mungkin sudah aaa sembuh karna saya menilai sudah tidak merasakan sakit lagi tapi ternyata aaa setelah terkena cedera yang kedua dokter menyatakan mungkin lutut saya belum sembuh total kalo secara anatomi mungkin belum pulih secara itu aaa baik mungkin seperti itu	
95	Terus kemudian pertanyaan selanjutnya tu kenapa sih alasan anda secara dorongan anda tu masih pingin bermain futsal pada saat diboyolali itu dulu ya itukan dulu anda sudah cedera kemudian ada masa enak kakinya owhh sudah pulih ni terus dorongan apasih yang membuat anda ingin befutsal padahal pada saat itu anda pernah mengalami cedera	
100	Yaa saya melihat prestisnya dari turnamen itu sendiri ya pada saat itu saya merasakan enak dan juga melihat turnamen itu bergengsi kenapa endak mungkin ada kesempatan kenapa ndak saya ambil mungkin saat itu yang saya pikirkan	Ajang yang bergengsi membuat subjek tetap bermain
105	Jadi memang alasannya lebih kearah turnamen itu kayak bergengsi gitu yaaa karena memang tingkatnya nasional mungkin profesional dalam penyelenggaraannya, oke kemudian adakah perubahan nih setelah futsal dari yang cedera pertama tadi cedera yang pertama mengarah cedera yang kedua itu adakah perubahan dari segi kepercayaan diri atau mungkin mengalami ketakutan kalo terjadi cedera berulang	
110	Aaa khususnya setelah cedera yang kedua aa dam as aaaa kayak ketakutan aaa apabila melakukan gerakan gerakan tertentu yang memerlukan gerakan mendadak saya aaapasti kayak punya ngrasa apa yaa emmm kayak trauma mungkin seperti itu mungkin saya pada saat itu membatasi gerakan gerakan yang sekiranya saya membutuhkan gerakan mendadak dan untuk menjaganya mungkin dulu sya aaaa lebih berhati hati aja dan tidak terlalu memasakan	Adanya rasa takut dalam gerakan mendadak
120	Oke itukan dari pribadi mungkin kalo untuk kearah oranglain seumpama anda itu pernah ga kalo saya inikan sedang dalam keadaan cedera aa kemudian kalo saya masih main akan merugikan tim atau lain sebagainya itu ada ga sih perasaan perasaan kearah situ	
125	Yaa mungkin pernah merasa seperti itu mungkin dulu saya sebenarnya dulu kesalahan saya sendiri tidak terus terang kepada pelatih ataupun manager apabila saya masih sebenarnya belum seratus persen merasakan fit atau mungkin dulu saya sempat menyesal juga saat itu memaksakan main dan juga ternyata kebetulan posisinya	Subjek tidak terus terang kepada pelatih terhadap cederanya, dan merasa bersalah
130		
135		

140	tu mungkin kalah atau kurang beruntung dan mungkin saya agak merasa kecewa dan juga rasa bersalah mungkin seperti itu Oke sebelum anda cedera nih ketika anda bermain futsal tu perasaan anda seperti apa apa yang anda pikirka atau mungkin harapan anda mengenai futsal itu seperti apa	
145	Yaaa sebelum cedera tu aaa mungkin sama juga dengan harapan semua aaa orang orang yang punya passion di futsal ya mungkin menganggap futsal itu sebagai hobi yang suatu saat dapat menghidupi saya mungkin dapat memberi bafkah bagi saya mungkin seperti itu mas Terus perasaan anda seperti apa	Tujuannya supaya jadi sumber pemasukan di futsal
150	Kalo perasaan yaa yang namanya hobi aaa apapun hobinya Mungkin hanya seneng seneng atau seperti apa ?	
155	Mungkin lebih dari seneng seneng kalo menganggap saya mungkin aaaa sudah seperti apa yam as sudah seperti kayak Pekerjaan ..	
160	Aaa mungkin lebih dari itu lebih dari hobi lebih dari sekedar hobi dan ketika saya berada dilapangan mengapa kok rasanya semua beban kok hilang dan saya merasakan banget kayak passion saya disitu memang saya bahagia saya dari pada saat bermain futsal seperti itu Terus tujuannya kan bisa apa ya bisa jadi kayak sumber pemasukan ya jadi sumber pemasukan terus kemudian setelah cedera ini adakah rasa apa ya istilahnya hopelees lah untuk menggapai semua itu	Bukan sekedar hobi dan seneng seneng saja
165	Aaaa mungkin untuk saat ini a saya tidak sampai merasa seperti itu saya mungkin saat ini saya hanya menganggap diri saya perlu istirahat saja mungkin suatu saat saya pasti akan bisa untuk comeback untuk meraih apa yang sayaa impikan dulu sebelum seperti saya sebelum cedera mungkin seperti itu	Yakin kalo bisa kembali lagi
170	Aaa panas banget sumukk haaaa santay aja yaa , mungkin pada saat terapi itu samapi sekrang ini kan andakan masih menjalani proses terapi sebelum anda nanti masuk kemeja operasi kan jadi harus pengecekan secara medis secara rutin pikiran anda nih pikiran anda selamaberbulan bulan yang lalu sampai sekarang ini dengan adanya mungkin aku ga bisa latian atau aku ga bisa beraktivitas seperti dulu atau berlatih lain sebagainya kan pikiran anda nih adakah ada dampak kearah temen temen mu bergaul dengan mereka ada masalah ga disitu	
175	Yaaa mungkin saya perasaaan saya sendiri mungkin sekarang lebih kurang komunikasi dengan temen temen	Jarang bertemu dan komunikasi
180		

185	yang dulunya sering bertemu dilapangan futsal sering aaa aktivitas di UKM mungkin begitu saya merasa kayak aa ada gap sekarang jujur saya sendiri merasakan itu dan rasanya kok ga enak mungkin seperti itu sekarang jarang ketemu jarag kayak itu berkontribusi mungkin seperti itu	dengan rekan rekan
190	Jadi memang dari segi sosialnya bukan ada gap ada perubahan disitu terus pikiran anda mengenai gap seperti itu seperti apa ?	
195	Aaaa mungkin kalo gap mungkin aaa dari awalnya sering ketemu dan juga sekarang jarang ketemu mungkin temen temen menganggap mungkin saya sudah punya kesibukan sendiri apa gimana dan saya menganggap mereka pun juga sedikit banyak sudah kayaknya berubah mungkin sudah tidak terlalu mungkin yaaaa sudahlah mungkin si diki mungkin lagi istirahat mungkin mereka menikmati ammmm kayak mungkin ketiadaan saya mungkin seperti itu haa	Adanya perubahan dari intensitas bertemu dengan temannya
200	Oke perubahan sosialisasi sudah oke dorongan apasih mungkin adakah dorongan dari orang tua mungkin pacar atau saudara kembar anda yang lebih real dari diri anda yang membuat anda tu tetap pingin bermain futsal seperti apa	
205	Yaaa kalo dorongan pasti yang paling utama kalo realnya mungkin doa yang diucapkan mudah mudahan aa mas diki mungkin lebih itu lagi di diperbanyak doanya mungkin seperti itu juga kalo real lebih realnya lagi mungkin aa terutama dari saudara kembar saya mungkin aa.. lebih kepada hal yang apa ya seperti menunjukkan prestasi prestasi seperti itu dia tanpa saya masih bisa berprestasi mungkin hal itu yang sampai sekarang menjadi dorongan saya untuk kembali berprestasi lagi.	Doa dari orang terdekat menjadi support terutama saudara kembar nya
210	Kemudian dari klub sendiri dari klub sendiri harapan anda nih mungkin anda itu mengharapkan klub itu berperan seperti apa sih terhadap para atlet atletnya	
220	Mungkin sejauh ini mungkin dari klub sendiri terutama dari klub futsal yang sempet saya bela pada saat cedera yang kedua itu mungkin untuk perhatiannya mungkin saya rasa sudah cukup ya mungkin karena espon dari saya sendiri mungkin karena saya mengutamakan kuliah jadi saya menomor duakan di meja operasi mungkin sebenarnya dari klub sendiri penanganannya itu sendiri pada saat cedera pada saat itu ya aaaa maaf sebenarnya mungkin memang secukupnya seadanya penanganannya tidak maksimal tidak profesional mungkin yang saya kira namun pada aaa akhir akhir kmaren sempet menawarkan kepada saya untuk tim sendiri untuk	Subjek memilih kuliah terlebih dahulu sebelum nantinya masuk meja operasi
225		
230		

	menawarkan untuk kemeja operasi untuk lebih penanangannya lebih serius mungkin seperti itu mungkin itu saya lebih respect juga kepada tim aaa mengetahui saya mengalami cedera seperti itu	
235	Oke itukan mungkin setelah hanya apa ya betuk penawaran terhadap anda menjalani meja operasi karena memnag diklub sendiri kan mungkin hanya bukan anda saja ya yang pernah mengalami cedera mungkin harapan yang lebih mungkin harapan anda	
240	di suatu klub itu klub itu berperan seperti apa sih terhadap para atletnya untuk mungkin untuk mencegah cedera maupun aaa ini hanya bayangan atau harapan ya mas diki itu sperti apa ?	
245	E eee kalo untuk harapan saya sejauh ini yang saya lihat di media media social atau di tv atau apa ya eesaya lihat mungkin harapkan klub klub lebih profesional lagi bukan hanya dalam porsi latihan tapi juga non teknis seperti eee gizi pemain atau pun seperti apa ya perawatan fisik atau apa lebih diperhatikan lagi jadi	
250	tidak hanya dalam hal meee futsal itu sendiri non teknis agak supaya lebih diperhatikan lagi dan mungkin setiap tim lebih baiknya punya kayak apaya seperti orang atau mungkin eee lebih berkompeten dibidangnya yang	
255	soalnya yang saya rasakan sejauh ini itu apa kebanyakan masih mendoble doble seperti mungkin si pelatih mendoble sebagai ini atau dan seharusnya yang saya harapkan setiap bidang dalam tim itu ada yang mengurus sendiri atau spesialisasinya sendiri mungkin seperti itu	
260	Oke itu mengenai harapan terus yang mungkin yang sudah anda terima yang mungkin sudah anda terima tadikan harapan tu banyak sekali tapi yang kenyataan dilapangan tu seperti apa sih	
265	Yang saya terima kenyataan saat ini mungkin mungkin sedikit banyak lebih banyaknya mengecewakan ya saya rasa kurang dari tim sendiri menuntut prestasi baik tapi dalam hal kayak perhatian kepada pemain mungkin sangat kurang mungkin seperti itu	Perhatian kepada pemain yang kurang dari tim
270	Jadi memang ada problem disitu ya oke terus kemudian nih yang anda alami yang dulu mungkin cedera terus mungkin sekarang ini apa yang anda lakukan untuk mengisi waktu luang waktu luang anda nih disi dengan hal apa kemudin perbedaanya antaranya kamu dulu futsal dengan pekerjaan yang	
275	sekarang anda lakukan itu seperti apa ? Yaaa untuk mengisi waktu luang mungkin aaa saya focus berbisnis aaa karena saya juga punya aaa keahlian dibidang desaign mungkin seperti itu saya sekarang	Subjek merasa penghasilan dari bisnisnya lebih

280	berbisnis dibidang desain itu dan mungkin perbedaannya juga sangat drastis juga dari segi pemasukan mungkin dulu saya futsal aaa pemasukan kalo ada turnamen aja itupun kalo juara misalnya bisa masuk final baru dapet pemasukan sedangkan saat ini aaa ketika saya cedera sejauh ini lebih rutin lebih banyak pemasukan dari usaha bisnis saya sendiri	besar daripada dari futsal
285	Itu dari segi financial kemudian kalo ehmmm dari passion anda kalo anda tadikan futsal itu lebih dari segalanya kesenengannya terus kemudian dibandingkan dengan mungkin ehh aktivitas yang sekarang tu seperti apa sih ?	
290	Yaa mungkin yang saya rasakan mungkin eee aktivitas saya mungkin lebih banyak itu merasakan kejenuhan karena lebih banyak itu aaaa menghadap kee monitor itu laptop mungkin sekarang mungkin lebih merasakan kejenuhan dan berbedasekali degan waktu saya dulu masih aktif di futsal mungkin entah mengapa kok tidak ada rasanya merasa bosan pada saat sudah berada di atas lapangan mungkin seperti itu	Subjek jenuh terhadap pekerjaan yang seperti saat ini
295	Oke pada saat anda mengalami cedera yang pertama kemudian anda berkompetisi itukah adakah peran pelatih dorongan untuk anda bermain	
300	Kalo dari pelatih sendiri mungkin ehh sedikit banyak memberikan dorongan aaa mungkin berupa motivasi dan juga aaa himbaun juga lebih berhati hati dan juga lebih dipastikan apakah aaa lutunya sudah benar benar sembuh apa belum aa sudah berani turun ikut dalam turnamen apa belum sebenarnya pelatih dari waktu saat pada saat itu setelah cedera yang pertama itu sering menanyakan hal itu kepada saya dan saya mungkin dulu sempet overconfidence dan juga saya merasakan sudah sembuh dan ternyata diluar dugaan saya ternyata masih belum sembuh itu tadi dan cederanya kambuh lagi	Pelatih memberikan dukungan untuk tetap focus dalam penyembuhan
305	Oke selama beraktivitas ini kan tidak bisa tu beraktivitas dari pekerjaan pekerjaan berat yaa gangguan disitu ada ga sih	
310	Ehh alhamdulillah sejauh ini saya tidak pernah merasakan aaa kayak aaa gangguan gangguan terutama dilutut saya apabila saya melakukan aaa aktivitas sehari hari namun mungkin hanya merasakan gampang capek mungkin itu aja mungkin karna saya sekarang juga aaa kurang berolahraga mungkin seperti itu	Subjek merasakan mudah capek
315	Kemudian ada ga sih rasa penyesalan anda dulu pernah ikut berkompetisi pada saat anda pernah cedera yang pertama	
320	Kalo menyesal pasti ada mas pasti ada sampai sekarang masih saya dalam benak saya mungkin masih aaa	Perasaan menyesal
325		

330	merasakan kayak aaaa seharusnya saya dulu ga seharusnya seharusnya dan hanya kata itu seharusnya seharusnya itu sampai sekarang kadang kalo melihat sodara kembar saya berangkat latihan atau sedang melakukan pertandingan saya mungkin lebih menyesal ada seperti itu Itukan mungkin dulu dan sekarang sudah berubah mungkin penyesalan itu sudah tertutupi oleh sesuatu saya pingin tau ni sesuatu ni apa ni betuknya mungkin dari kita lebih bisa bertemu dengan pacar lebih rutin atau seperti apa	pernah bermain pada saat cedera
335	Aaa mungkin kalo saya untuk hal seperti itu mungkin pelarian saya terhadap mungkin saya focus terhadap kuliah mungkin saya entah kenapa sekarang juga sedikit banyak menyadari bahwa sahnya saya disini bukan untuk futsal tetapi ada hal yang lebih penting yaitu mungkin saya harus focus ke pendidikan saya dulu menyelesaikan pendidikan saya dulu mungkin saya adalah yang lebih lebih bisa membantu saya sedikit banyak kayak menghilangkan rasa penyesalan tu mungkin seperti ya bertemu orang orang terdekat orang orang tersayang mungkin seperti pacar	Subjek tetap focus untuk kuliah dan beraktifitas lainnya untuk menghilangkan rasa penyesalan
340	Dari rekan terdekat anda dan juga pekerjaan anda tentunya ikut menghilangkan perasaan perasaan negative yang dulu pernah anda alami ya mungkin dari pertemuan kedua kita dalam pengambilan data penelitian akhir tugas akhir saya di sunan kali jaga mungkin cukup meminta waktunya lagi lain waktu untuk pertemuan berikutnya sebagai tugas akhir saya	
345	Yaa mas yosi terimakasih untuk info infonya mungkin untuk next time bisa saya share lagi ke mas yosi dan juga terimakasih sudah aaa sedikit banyak juga temen sharing saya	
350		
355		
360		

VERBATIM WAWANCARA

Interviewee : DIKI
 Tanggal Wawancara : Rabu, 16 November 2016
 Lokasi wawancara : Kamar Kos Subjek
 Jam : 20:30 – 21:05
 Wawancara Ke - : 4
 KODE : DIKI-S2-W4

baris	Transkrip wawancara	Keterangan
1	Yak terimakasih selamat malam mas diki untuk pertemuan ketiga kali ini mungkin untuk aa menambah informasi atau data dari aaaa pertemuan	
5	pertemuan berikutnya langsung saja untuk pertanyaan yang pertama aa mungkin saya lebih ingin tahu sih motivasi dari internal sendiri motivasi mungkin untuk balik kearah nanti mas diki mau main lagi sama motivasi sekarang ini seperti apa ?	
10	Ya.. aaa sebelumnya makasih mas yosi untuk aaa wawancara yang ketiga ini aaa mungkin bentuk motivasi internal dari dalam diri sendiri aaa lebih kearah itunya mass kayak me me ingin kembali itu apa spirit olah raga pingin balik lagi seperti dulu karena aaa yang saya rasakan sekarang aa mungkin aa drastis sekali kayak	Motivasi dari dalam diri ingin kembali berolahraga yang berdampak pada aktivitas lainnya
15	jiwa olahraga saya kayak aa hilang mungkin pingin punya jiwa olahraga mungkin karena dari jiwa olahraga itu saya dulu merasakan banyak sekali kayak manfaat positifnya seperti semangat untuk beraktifitas untuk aaamenuntut ilmu dan lain lainnya mungkin seperti itu	
20	Kemudian a mungkin bentuk perilakunya yang mungkin aaa bener bener real bagi anda memotivasi diri anda sendiri tu seperti apa ?	
25	Aaaa yaa mungkin sebenarnya mulai dari hal kecil mungkin saya juga masih aa itu ya sedikit banyak pengen tahulah apa sih yang aaa perkembangan futsal di lingkungan mungkin di kampus atau pun di klub dulu saya yang langsung ngomong tetapi kayak dia menunjukkan mencontohkan bahwa saya tiap pulang ngabari kalo saya menang atau apa itu bagi saya seperti	Sodara kembarnya membuat subjek semangat dan tidak putus asa untuk sembuh
30	dia menunjukkan motivasi atau moril kepada saya dukungan moril bahwa saya ayo kita bisa aaa balik lagi bisa berprestasi lagi mungkin seperti itu	
35	Oke kemudian pada saat tahap rehabilitasi penyembuhan anda mungkin kemudian nanti pada saat recovery atau pemulihan kembali itu bentuk nyata dari anda sekarang ini ni pada saat mungkin terapi atau apa bentuk perilaku pada saat terapi itu seperti apa ?	
	Aaaa mungkin perilaku saya itu ya mungkin ingin aaaa	

40	mengikuti alur alur aja mungkin saya juga untuk modelnya mungkin seperti aaa percaya saja aa dulu saya mengerinya sudah sembuh ternyata masih saa aaa masih saja kambuh lagi cederanya dan mungkin sehari dua hari itu saya sempet mempunyai beban pikiran sangat itu	
45	mungkin sangat berat yang saya pikirkan aaa kayak yang sudah terjadi kok tambah itu mungkin lebih parah lagi kemudian aa saya juga sempet menyesal pada saat itu mungkin seperti itu	
50	Oke pada saat aa anda rehabilitasi tau mungkin penyembuhan penyembuhan saat itu metode metode apa saja sih anda lakukan untuk membangun atau build up body diri anda sendiri	
55	Untuk metodenya sih mungkin kalo dari saya sendiri mungkin aaa terutama yang pertama itu berpikiran positif kemudian aaa yang kedua mengikuti apapun yang disarankan dokter ataupun terapis dan juga yang ketiga aaa mungkin saya juga kontrol diri mawas diri apa yang dulu pernah saya mungkin aaa saya anggap itu yang tidak baik buat saya saat ini juga saya bukan saya kurangi lagi tapi banyak saya hindari mungkin seperti itu	Pada saat penyembuhan subjek berpikiran positif, dan mawas diri
60	Aa kemudian pertanyaan terakhir atau nanti mengarah nanti kearah simpulannya mungkin aaaa bentuk perilaku yang mungkin signifikan sekali pasca cedera dan motivasi anda untuk pada saat rehabilitasi itu sendiri tu apa ?	
65	Aaaa untuk perilaku sendiri mungkin saya saat ini mungkin lebih banyak aaa itu ya mungkin aa melakukan evaluasi mungkin terhadap diri saya sendiri apa yang mungkin yang dulu dulu yang pernah saya lakukan mungkin yang membuat saya sampai apapun itu bukan saja yang masalah teknis mengenai futsal dan mengenai semua kehidupan saya saya evaluasi mungkin saya pernah punya salah pada orang lain itu saya aa evaluasi terhadap diri saya sendiri dan juga saya kembali memotivasi bahwasanya aaa entah besok atau kapan tapi saya yakin bahwasanya kalo saya berpikiran positif saya akan insyaallah saya akan sembuh dan juga saya akan kembali lagi berprestasi seperti dulu	Berpikiran positif, dan evaluasi diri untuk bisa kembali lagi berprestasi
70	Oke mungkin satu lagi mengenai mungkin agak sedikit sensitif yaaa sekiranya nih kalo anda ehmm mengenai fee yaa mengenai bayaran pada saat mungkin anda pernah mengikuti turnamen dari turnamen kecil sampai turnamen besar tuu anda bisa ehmm kan anda juga mendapatkan fee kan disitukan mungkin di turnamen menengah kebawah atau menengah keatas tu kira kira anda mendapatkan	
75		
80		
85		

90	berapa gitu Yaa mungkin makasud saya saya juga terbuka sama mas yosi mungkin disini untuk turnamen menengah kebawah mungkin aaa nominalnya ga sampai 100 ribu mungkin sekitar 50 , 75 mungkin kalo intensitasnya menengah keatas mungkin aa bisa sampai pertunjukan itu apabila dapet juara dapet bonus tu bisa sampai 500 ribu dan	Hasil fee dari futsal
95	mungkin yang saya pernah alami juga dulu aaa pernah ya ko sampai 900 sekali turnamen tu karna mungkin dapet bonus juara dan juga aaa karena hadiah top skorer dan pemain terbaik mungkin seperti itu	
100	Kemudian kita tariik nih dengan dampak yang telah anda impactnya yaa dampak dari aaa olahraga yang anda sukai ini dengan apa yang sudah anda dapat mungkin dari aa seneng banyak temen fee itu kira kira berimbang ga sih	
105	Yaa mungkin kalo dii dii di liat dari sisi imbang atau tidak mungkin yang say rasa ya tidak imbang tapi justru dari itu bahwasanya tau mungkin karena saat ini karena saya masih berproses dalam hal berlatih mungkin saya kalo saya lihat dari segi fee mungkin tidak tidak itu tidak adillah tapi kalo saya lihat dari pengalaman dan juga	Hasil yang didapat dari olahraga futsal saat ini tidak imbang karena masih dalam
110	temen mungkin saya lebih banyak aa apa ya kayak bersyukur kayak lebih ke aaa ya memang ini hasil yang saya itu pantas saya dapat dan soalnya saya dalam masih dalam proses aaa belajar aa beda lagi apabila nanti saya sudah ada dalam karir jenjang karir mungkin masuk	tahab belajar
115	sudah jadi atlet profesional mungkin kalo aaa dengan nominal yang saya sebutkan tadi pantas saja saya masih kayak itu mengeluh tetapi kalo masih melihat dalam situasi saat ini masih dalam proses belajar saya aaa tidak mempermasalahkan nominal segitu	
120	Oke terimakasih mungkin cukup untuk pertemuan kali ini sekiranya nanti saya masih membutuhkan data lagi saya meminta kelegaan hati mas diki untuk meluangkan waktu untuk memberikan data lagi	
125	Saya siap mas yosi dengan senang hati saya bisa membantu mas yosi	

LAMPIRAN

Transkrip Wawancara

alloanamnesa

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

VERBATIM WAWANCARA ALLOANAMNESA

Interviewee : AD
 Tanggal wawancara : 16 Agustus 2016
 Lokasi wawancara : kos AD
 Jam :13:49-14:10
 Wawancara : ke-1
 KODE : AD-SO1-W1

NO	Transkrip Wawancara	Keterangan
1	Yak selamat malam mas agus aa mungkin terimakasih atas kesediaannya menjadi allow dalam penelitian saya mungkin yang pertama pertanyaan saya mengenai identitas mas agus sendiri mungkin bisa dijelaskan	
5	nama lengkapnya mungkin kemudian umurnya Aaaa nama saya agus dwi mas umur 21 tahun Kemudian hubungan dengan subjek adit sendiri tu seperti apa Aa saya teman satu klubnya	
10	Jadi mas agus ini teman satu klubnya mungkin posisinya mas agus sendiri didalam klub itu seperti apa anu menjadi apa Saya di klub jadi kiper Mungkin pada saat adit mengalami cedera apakah mas agus mengetahui kejadian itu	
15	Heeh saat itu sedang pertandingan saya ngiperi mungkin dia main salah tumpuan saat melakukan tendangan Jadi mas agus sendiri melihat ya kejadian itu ya Yaaa saat itu saya sedang bertanding ee dia satu klub	
20	Oke itu pada saat itu mungkin apa yang anda lakukan mungkin dia sendiri melakukan apa sih setelah cedera itu sendiri setelah cedera dia langsung berbuat apa gitu Pas saat cedera kan dia langsung diganti jadi saya ga ngeliat dia sedang ngapain tapi setelah pertandingan selesai	Melakukan perawatan terhadap cedera
25	oleh tim oleh teman-teman dikasih saran untuk dikompres pakek aa ess habis dikompres tu saya saranin ke tempat terapi saya dulu waktu cedera Oke mungkin perubahan dari mas adit sendiri seperti apa sih ketika setelah cedera nah berlatih kembali tu	
30	perubahannya seperti apa Setelah pulih ga dia ga 100% langsung ikut latihan berat ya dia awal-awal mungkin dateng waktu latihan tapi cuman nonton tapi setelah berani latihan pun permainannya berbeda mungkin ada trauma atau gimana tapi biasa sih seperti itu	Hanya bisa melihat teman-teman bermain futsal, dan nampak kalo masih takut untuk bermain
35	mungkin penguatan mental yang belum setelah paska cedera Mungkin perubahan yang nyata sekali kalo pas adit bermain futsal seperti apa sih	

40	Perubahan mungkin lebih hati-hati ya sebenarnya kan trauma jadi lebih menghindari benturan benturan terus ga berani bermain keras aaa kalo sebelum cedera kan all out setelah cedera masih ada trauma soalnya kan cederanya bukan cedera ringan	Tidak berani bertenturan ketika mencoba bermain lagi
45	Aa kemudian perilakunya mas adit sendiri paska cedera itu sendiri seperti apa	
50	Kalo saya liat kalo setelah cedera lebih lebih peduli ya dia saya kalo saya liat masih penguatan otot seperti berenang latihan otot yang pas cedera itu sampai sekarang dia masih kalo dibilang sembuh ya sembuh tapi kalo dibilang kan cederanya agak kumatan ta	Melakukan gerakan penguatan dan selalu menasehati
55	Oke mungkin kan dulu pernah apa namanya mengalami cedera sendiri adit kan pernah mengalami cedera mungkin yang dilakukan adit terhadap temen-temennya mungkin sekarang seperti apa sih	
	Aaaaaa agak dia agak wanti-wanti maksute dia kalo sebelum pertandingan ya pemanasan dimaksilin aaa ya lebih ngasih masukan-masukan jangan sampe yang belum itu kejadian yang udah ya udah gitu Terimakasih mas agus	Sering memberi masukan dengan tim

VERBATIM WAWANCARA ALLOANAMNESA

Interviewee : Diko Mandala
 Tanggal wawancara : 16 November 2016
 Lokasi wawancara : kos Diko
 Jam : 23:04-23:15
 Wawancara : ke-1
 KODE : DM-SO2-W1

NO	Transkrip Wawancara	Keterangan
1	Yak selamat malam mas diko saya meminta waktunya sebentar untuk melengkapi data dari sodar kembar anda	
5	mas diki sebagai subjek penelitian saya mungkin lebih melengkapi atau mengiyakan dari beberapa pernyataan-pernyataan yang saya terima untuk melengkapi pertanyaan yang pertama	
10	mungkin bisa memperkenalkan data diri mas diko sendiri dari umur mungkin tanggal lahir berapa tinggi badan berat badan kemudian mungkin kemudian juga dulu pernah mengikuti olahraga apa saja	
15	Yak terimakasih mas yosi ehmmperkenalkan ini saya diko mandala aa saya lahir 3 oktober 1996 aa saat ini saya berumur 20 tahun untuk tinggi dan berat badan saya 172 cm berat badan 62 dan saya juga basic atau passionnya di olahraga ya alhamdulillah untuk semua	
20	olahraga pernah saya coba namun untuk fokusnya saya lebih ke sepak bola dan futsal	
25	Ok kemudian pertanyaan berikutnya mungkin hubungan dengan subjek sendiri tu seperti apa kedekatannya seperti apa	
30	Yak untuk hubungan saya dengan subjek atau diki mas diki saya dekat sekali karena saya kembar aa setiap hari saya hampir 24 jam aa berdua sama diki ya mungkin setiap harinya apapun yang dilakukan kurang lebih barengan atau dilakukan bersama-sama	
35	Mungkin masalah dulu kan juga sejak kecil main bareng jadi kemana-mana juga bareng apa-apa juga dibelikan mungkin sama aa saya pengen tau nih dulunya sedniri aktifitas olahraganya seperti apa mulai dari kapan dan dulunya mungkin menggeluti olahraga apa	
	Yaa kalo untuk track recordnya sendiri sebenarnya sama kurang lebih sama saya	Diki sudah sejak kecil menggeluti olahraga

40	untuk mas diki sendiri dari kecil sudah mengenal sepakbola aa belajar sepakbola sekolah sepakbola bersama saya aam untuk yang digeluti sendiri mas diki juga ga gaa setengah-setengah ya 100% dalam berlatih maupun bertanding a	sepak bola dan futsal, dan selalu bermain maksimal
45	Ok kmudian pada saat sodara anda diki ini cedera apakah anda mengetahui atau melihat secara langsung	
50	Aaa untuk waktu pertama kali cedera yang efeknya sampai saat ini waktu itu saya memang melihat secara langsung gimana bagaimana kronologi kejadiannya tidak melihat langsung ketika paska cedera dibawa ke klinik terdekat untuk melakukan penanganan yang lebih juga itu saya juga yang mendampingi jadi saya tau apa penyebabnya bagaimana kronologi kejadiannya tau persis	Diberikan perawatand di klinik
55	Aaaa pada saat kejadian aa diki sendiri mungkin langsung melakukan aktifitas apa mungkin setelah cedera itu kmudian diki itu seperti apa perilakunya	
60	Ya saya melihat sendiri sodara saya untuk mas diki begitu kena cedera ya posisi pas kronologi selesai cedera tu otomatis dia langsung reflek langsung meringis kesakitan dan sedikit juga aa menangis pada saat itu saya pun juga sempat menitikkan air mataya karena reflek saja sebagai sodaranya ada ikatan batin dan aaa mungkin 1hari 2 hari setelah kejadian dia terlihat sekali bagaimana raut mukanya yang shok menerima keadaan yang mungkin tidak diharapkan sebelumnya aaa bagaimana dengan cederanya yang aa mungkin menurut aa pikirannya dia bisa menghentikan karirnya mungkin di aa sepak bola ataupun futsal	Diki nampak menangis dan meringgis akibat kesakitan, nampak raut muka diki selama 1-2 hari setelah cedera terlihat shok dan tidak percaya dengan keadaan yang dialaminya
65		
70	Mungkin apakah anda pernah menghalang-halangi mengingatkan kepada diki untuk aaa pada saat cedera itu tidak lagi nih berkatifitas yang berat-beray mungkin kalo dia kan mungkin agak gatel untuk pengen main sepak bola atau main futsal	
75	Ya yang jelas saya sih ehmm relatif ya maksudnya relatif dalam artian saya pada waktu itu ketika beberapa selang waktu setelah kejadian cedera aa si kembaran saya si diki melakukan mungkin aktifitas yang	Diki tidak mampu melakukan aktifitas yang sedikit berat, melakukan aktifitas dari saran fisioterapi, selalu
80		
85		

90	disarankan sama fisioterapis untuk pemulihan cederanya ya secara langsung saya juga mendampingi apabila saya melihat porsi atau kegiatan atau porsi aa cara dia untuk smebuh mungkin aktifitasnya terlalu berat ya saya mengingatkan untuk tidak terlalu memaksakan ataupun melakukan hal-hal yang ringan saja	dipantau supaya tidak berlebihan dalam aktifitas
95	dan saya juga selalu mengawasi apabila saya melihat sendiri semisal aa sidiki atau kembaran saya itu merasa keberatan ya saya mungkin aktifitas yang perlu bantuan saya ya saya langsung bantu pada waktu itu memang	
100	100% saya selalu mengawasi dan mengamati Kemudian perubahan yang signifikan yang terlihat dari perilaku diki setelah cedera ini seperti apa yang anda lihat	
105	Yaa kalo yang saya amati mungkin semuanya memang namanya aa suatu kejadian yang tidak diharapkan memang buth proses pemulihan bagi mental yang bertahaplah ketika awal paska cedera mungkin dari down shok bahkan sampai shok itu saya mengamati	Diko melihat diki masih sedikit shok setelah cedera dan ada perubahan yang bertahap untuk bisa
110	memang bertahap namun untuk saat ini perubahannya sedikit banyak meskipun keinginan untuk memulai lagi itu aaa masih kadang masih membayangi antara iya atau tidak mungkin itu yang jadi problem tapi buat	memberanikan diri secara mental supaya bisa berjalan dan beraktifitas secara normal
115	sekarang ini yang kebanyakan yang saya lihat aaa perilakunya sudah tidak se parah ketika cedera terjadi itu aa mungkin buat saat ini ya sudah aa maksudnya perilakunya ya sudah biasa kayak orang-orang aktifitas biasa orang	
120	normal tidak merasakan keluhan ap-apa atau mungkin tidak mengalami trauma berlebihan ketika melakukan tumpuan kataknlah akan duduk jalan tidak merasakan seperti itu saya lihat tidak	
125	Akan tetapi cuman dibatasi ya mungkin aktifitas-aktifitas yang sedikit berat lebih dibatasi	
130	Yaaa yang jelas aa saya sendiri sudah saya sampaikan tadi saya selalu mengawasi dan selalu mengotrollah kegiatan-kegiatan termasuk itu katakanlah seperti aaa angkat-angkat beban ataupun mencuci ataupun membawa beban banyak saya selalu katakan kalo itu berat jangan dipaksakan kalopun jalan kaki kekampus atau ke mana beli ke warung	Diki tidak mampu mengangkat barang yang sedikit berat, mencuci dan aktifitas lain harus dibantu oleh diko

135	atau mana sekiranya itu bahaya saya selalu mengingatkan jangan dulu saya saja	
140	Ok kmudian bentuk perilaku mas diki setelah cedera ini untuk dia kembali lagi ke arah dia bisa kembali ke rutinitas awal bisa beraktifitas atau dia mungkin ga milih-milih aktifitas itu mungkin bentuk perilakunya dia seperti apa	
145	Aaa ya mungkin kalo untuk akhir-akhir ini saya amati mas diki ketika akan mandi sore itu mungkin sedikit porsi untuk pemulihannya itu mungkin dia melakukan kayak jogging ditempat aa dan juga kadang juga apa push up seperti itu kadang juga dia seperti gerakan mengayuh sepeda kakinya di gerak-gerakan ya gerak-gerakan yang statis ga yang gerakan yang banyak tapi tu juga baik untuk pemulihan	Sebelum mandi diki selalu melakukan gerakan statis
150	Kmudian setelah cedera ini mungkin pernah ga sih dari mas diki sendiri apa ya seperti kayak mungkin kalo ada kan beberapa subjek sayakan melihat apa video video youtube atau mungkin dia juga pernah beberapa kilasan tentang futsal untuk memotivasi dirinya diki pernah melakukan hal-hal seperti itu	
155	Yang jelas mungkin dari segi pengalaman mungkin untuk hal hal mengenai cedera mungkin aa si diki kembaran saya lebih banyak tahu daripada saya apa mungki karena dia sudah di aa beritahu tentang gimana kejadian-kejadian itu mungkin selama ini mungki ketika melihat video-video ataupun gambar-gambar pemain yang cedera itu dia tahu ini cedera seperti apa dan dia menjelaskan ke saya ini cederanya seperti ini seperti ini	Diki sering meilhat video youtube untuk memotivasi dirinya
160	Makasih	
165		



LAMPIRAN

CATATAN OBSERVASI

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

CATATAN OBSERVASI

Nama : Adit
 Lokasi observasi : Kos Adit
 Tanggal : 30 september 2016
 Observasi ke- : 1
 Kode AR-S1-O1

no	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Kos adit berada dibaris selatan no 3 dari timur	
5	pintu masuk kos, didepan pintu kos adit terdapat pohon didalam pot yang cukup tinggi, disamping pintu kos terdapat pula rak sepatu.	
10	<u>Diatas rak terdapat beberapa sepatu yaitu sepatu running, sepatu futsal, sepatu sepak bola dan bola. Kos tempat adit tinggal masih satu lokasi dengan pemilik kos. Disamping kos adit juga terdapat rak yang terdapat sepatu futsal milik teman kosnya yang lain. Didalam kos adit terdapat beberapa tempelan yaitu poster adit dengan pacarnya yang mengenakan kostum FC BARCELONA. Disamping poster sebelah selatan menempel sebuah bendera</u>	Adit memiliki perlengkapan olahraga futsal dan sepakbola. Teman satu kos adit memiliki perlengkapan untuk olahraga futsal dan sepakbola. Adit memiliki poster dengan klub sepak bola spanyol FC BARCELONA.
15	<u>malaysia.</u> Almari terletak di pojok selatan sebelah barat. Kos adit menghadap ke utara dengan ukuran 3x3 meter. Jendela berada di sebelah barat pintu kos. Didekat jendela terdapat rak buku yang penuh dan rapat. Rak tersebut berada diatas meja. Diatas meja terdapat piring dan tisu disamping barat dari piring dan tisu terdapat pelindung lutut dan obat gosok. Didepan almari terdapat tempat tidur yang dilipat berwarna merah. Cat tembok	Adit memiliki kenang-kenangan sepulang dari turnamen di malaysia.
20	kos yang adit tempati berwarna putih kecoklatan. Ditembok sebelah timur terdapat gantungan baju milik adit. Saat datang peneliti disambut oleh adit langsung didepan garasi pemilik kos. Kemudian peneliti diajak masuk ke dalam kos. Adit mengambil piring dan menyelesaikan makan karena pada saat peneliti datang adit sedang makan dan belum selesai. Setelah selesai makan adit meletakkan piring diatas meja dan minum teh panas yang masih mengeluarkan uap. Adit memiliki tinggi	
25	sekitar 168 cm dengan berat sekitar 58 kg. Memiliki kulit sawao matang. Setelah adit meletakkan gelas diatas meja, adit mengambil hp dari dalam sakunya. <u>Adit pada saat itu mengenakan baju FC BARCELONA dengan celana hitam panjang diatas mata kakinya.</u>	Adit memiliki kostum tim sepak bola asal spanyol FC BARCELONA
30		
35		
40		

45	Selama proses wawancara fatma selalu memandang kearah peneliti dan memberikan jawaban setelah peneliti memberikan pertanyaan. <u>Pada saat wawancara adit sesekali bersila dan meluruskan kakinya. Adit sesekali pada saat wawancara menggerakkan kaki kanannya dari posisi lurus dan menekuknya pada saat adit duduk. Pada saat wawancara</u>	Adit tidak bersila terlalu lama dan menggerakkan kakinya yang pernah mengalami cedera ACL.
50	<u>Adit tidak mau mengambil makanan yang dibawa oleh peneliti, Adit tidak sedikitpun membuka bungkus martabak yang dibawa oleh peneliti. Pada saat wawancara Adit berkata “kenapa harus saya kenapa ga nanti dulu” sambil mengepalkan tangannya dan kemudian menggaruk dahinya dengan tangan kanannya</u>	

CATATAN OBSERVASI

Nama : Adit
 Lokasi observasi : Kos Adit
 Tanggal : 22 Oktober 2016
 Observasi ke- : 2
 Kode AR-S1-O2

no	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Pada saat wawancara kedua berlangsung Adit menjemput peneliti didepan kos. Adit saat itu hanya mengenakan sarung dan baju koko berwarna hitam. Adit menawarkan makanan untuk dimakan didalam kos. Adit memutuskan untuk langsung masuk dan mengambil minuman dari kantung plastik yang menggantung dimotornya. Adit melepas baju kokonya dan mengambil kaos yang hanya bertuliskan UGM. Kos Adit berada dibagian bawah pojok sebelah barat dekat dengan tangga ke lantai dua. Tempat parkir kendaraan Adit berada dibangunan yang berbeda dengan kos. Ketika berada didalam kos ada beberapa barang yang telah dimasukkan kedalam tas polo yang berjumlah 3 buah. Adit mengambil tikar yang berada diatas lemari dan meletakkan dilantai untuk peneliti dan Adit duduk. Selagi wawancara ada satu teman Adit yang melihat Adit dari depan pintu kos. Teman tersebut kemudian berbalik dan masuk ke dalam kosnya. Tidak lama setelah itu teman Adit mulai memutar musik dari dalam kamar kos. Di samping pintu masuk sebelah barat masih terdapat tumpukkan sepatu yang berada diatas rak. Sepatu olahraga Adit ada yang ber merk Adidas, Nike, dan Specs. Poster yang berada didalam kamar kos terpampang bintang Barcelona Messi. Selagi wawancara Adit menyandarkan tubuhnya di tembok sebelah selatan kamar kos. Posisi kaki kanan yang ditekuk kearah dada dan kaki kiri lurus kedepan pada saat duduk dilantai. Saat wawancara Adit sesekali menyilakan kaki dan meletakkan kembali kedepan dada. Tempat minum berwarna biru terletak disamping kanannya dengan menghadap ke utara ke arah pintu. Tempat minum tersebut berisikan air mineral. Pada saat wawancara Adit mengepalkan tangan kanannya dan memukulkan tangannya ke lantai dan	Adit masih merasakan ketidak yakinan bahwa kakinya sudah bisa kuat untuk melakukan gerakan dari duduk ke berdiri Adit juga selalu berusaha mencegah dari kekurangan Asupan mineral

	berkata”dii iii putuskan itu rasanya kecewa itu berasa sekali”, dan kemudian Adit mengelengkan kepala sambil menatap kearah lantai.	
--	---	--



CATATAN OBSERVASI

Nama : Adit
 Lokasi observasi : Kos Adit
 Tanggal : 18 November 2016
 Observasi ke- : 3
 Kode AR-S1-O3

no	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Saat peneliti datang ke kos Adit terdapat beberapa baju yang terletak diatas meja. Meja di dalam kos Adit tidak terdapat buku dan peralatan lainnya hanya beberapa baju saja.	
5	Adit berdiri untuk mempersilahkan peneliti masuk ke dalam kos. Pada saat berdiri terlihat adit mengenakan celana pendek berwarna hitam dan kaos berwarna merah. Saat Adit berdiri, tangan kanan Adit menempelkan pada dinding sebelah timur kamar kos, dan barulah Adit bangun dari posisi duduknya. Setelah beranjak dari posisi duduk bersila Adit berjalan mengambil botol minumnya dan kemudian diisi dengan air galon yang berada di samping timur pintu masuk kos. Rak dimana Adit meletakkan sepatu olahraganya sudah tidak terisi. Saat wawancara Adit sesekali melihat hp yang berada di dekat botol minumnya. <u>Adit saat wawancara mengepalkan tangan kanannya dan menghantamkan ke telepak tangan kirinya ketika Adit menjawab tidak bisa bermain di Jogja Futsal League. Ketika wawancara Adit sesekali meluruskan kakinya kedepan dan kemudian mengelus kedua kaki dan memegang betisnya.</u>	Adit begitu menyesal karena melewatkan Jogja Futsal League Adit masih sering merasakan tidak nyaman pada kakinya pasca cedera

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
 SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

CATATAN OBSERVASI

Nama : Diki
 Lokasi observasi : Gedung Olahraga UIN
 Tanggal : 16 Maret 2016
 Observasi ke- : 1
 Kode DK-S2-O1

no	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Saat itu, Diki sedang berada di dekat pintu masuk Gedung Olahraga Futsal UIN, kemudian Diki masuk ke dalam dan mendekat ke tribun selatan. Diki saat itu mengenakan kemeja berwarna putih dengan motif kotak-kotak dengan corak biru di sisi kotaknya, dan celana berwarna hitam. Sepatu yang dikenakan Diki saat itu Nike <i>running</i> dengan alas berwarna putih dan atasnya berwarna hitam. Saat Diki duduk di tribun, peneliti kemudian menghampiri Diki. Peneliti kemudian menjelaskan maksud dari pertemuan ini, kemudian peneliti meminta bantuan Diki memberikan informasi mengenai cedera yang dialami Diki. Saat itu Diki memberikan kontak BBM dan no telepon Diki pada peneliti. Peneliti juga menjelaskan bahwa selama pertemuan nanti akan direkam dengan menggunakan <i>Handphone</i> peneliti. Kemudian Diki dan Peneliti berjalan ke arah pohon talok didekat Gedung Olahraga dan memulai wawancara.	
5		
10		
15		
20		

CATATAN OBSERVASI

Nama : Diki
 Lokasi observasi : Kontrakan Diki
 Tanggal : 14 Oktober 2016
 Observasi ke- : 2
 Kode DK-S2-O2

No	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Diki menempati sebuah rumah bersama Diko dan 3 teman dari satu kelasnya. Kontrakan Diki Nampak dari depan dengan gerbang berwarna hitam, cat tembok berwarna putih dan keramik diterasnya berwarna putih. Diki keluar sesaat peneliti berada didepan gerbang. Diki berjalan kearah gerbang dan membuka gerbang dengan kunci. Terlihat didepan teras terdapat 2 rak sepatu, dimana rak tersebut terdapat tumpukan sepatu yang bermacam-macam. <u>Salah satu rak yang terletak di dekat tembok timur diteras kontrakan diki terdapat 2 pasang sepatu lari, 4 pasang sepatu futsal, dan 2 pasang sepatu sepakbola, semua sepatu yang berada di rak tersebut bermerk Nike.</u> Saat wawancara terlihat 5 figura menempel di dinding ruang tamu. Peneliti dan Diki duduk bersila beralaskan tikar diruang tamu. Saat wawancara Diki sesekali melihat handphone miliknya, dan mengambil makanan di atas meja. Posisi duduk Diki saat wawancara, dengan bersandar di tembok sebelah utara dari ruang tamu, dengan posisi kaki bersila. <u>Diki saat itu mengenakan baju Real Madrid berwarna, dan celan pendek berwarn putih.</u> Saat wawancara Diki sesekali merubah posisi kaki kirinya dengan menekuk kebawah dan kaki kanannya tetap lurus.	Diki memiliki perlengkapan untuk olahraganya dengan beberapa sepatu futsal, lari dan sepakbola Diki mempunyai kostum klub sepak bola Real Madrid Diki tidak bisa berlama-lama dalam beberapa posisi kakinya

CATATAN OBSERVASI

Nama : Diki
 Lokasi observasi : Kontrakan Diki
 Tanggal : 30 Oktober 2016
 Observasi ke- : 3
 Kode DK-S2-O3

No	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Peneliti melihat Diki mengenakan kemeja berwarna coklat dan celan panjang berwarna hitam. Diki menemui peneliti yang berada didepan teras kontrakan. Diki masuk kedalam	
5	kamar untuk berganti pakaian. Keluar dari kamar diki mengenakan kaos putih dan celana hitam. Diki berjalan ke dapur dan menuangkan air putih kedalam 2 buah gelas. Diki berjalan kearah peneliti dan meletakkan gelas diatas	
10	meja. Saat wawancara Diki menekuk kaki kirinya dilantai dan kaki kanan ditekuk keatas dada ketika duduk di ruang tamu. Peneliti dan Diki duduk beralaskan tikar. Saat wawancara Diki mengambil irisan martabak yang	
15	dibawakan peneliti. Diki menjawab pertanyaan dari peneliti dengan tangan yang memegang irisan martabak. Diki sesekali menggerakkan kepalanya ke kanan dan kekiri. Sesekali saat wawancara Diki meletakkan tubuhnya kelantai dan tiduran. Saat wawancara Diki berdiri untuk	
20	mengambil kertas di dekat pintu kamar, kemudian menggunakan kertas tersebut untuk mengipaskan ke arah wajah. Saat berdiri Diki berhenti sejenak untuk menggerakkan kedua	
25	lututnya. Diki mengambil gelas diatas meja dan meminumnya. Pada saat wawancara Diki menjawab pertanyaan dengan kepala menunduk dan mengatakan penyesalannya ketika di bermain di boyolali, dengan kedua	
30	tangan mengepal saat bersila kemudian menggaruk kepalanya. Saat wawancara diki nampak menggelengkan kepala dan mata sedikit menengok ke atas.	

CATATAN OBSERVASI

Nama : Diki
 Lokasi observasi : Kontrakan Diki
 Tanggal : 16 November 2016
 Observasi ke- : 4
 Kode DK-S2-O4

No	Catatan observasi	Analisis gejala
1	Saat wawancara Diki nampak meletakkan kedua tangannya di lutut saat bersila di ruang tamu. Diki menggenggam tangan kanannya dan menjawab keinginannya untuk bisa kembali berolahraga. Saat wawancara Diki sesekali menaik turunkan kepalanya saat menjawab pertanyaan dari peneliti. Diki saat wawancara mengenakan kaos berwarna putih dan celana merah. Saat wawancara Diki menundukkan kepala dan mengelengkan kepala dan menjawab beban pikiran setelah beberapa hari mengalami cedera.	



LAMPIRAN

KODING WAWANCARA

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KODING

1. Koding Adit

No	Tema	Kode subjek/ baris	Verbatim
Apa saja faktor yang menyebabkan cedera?			
1	Pengetahuan mengenai cedera	ADIT-S1-W1; 586-589	Ya.. jadi hobi disalurkan kalo futsal itu jadi kayak apa namanya saya ga memikirkan saya bakal cedera gimana-gimananya tapi ya saya bermain seneng gitu aja dulu
2	Kesalahan pada tumpuan	ADIT-S1-W1; 108-124	Yak... a... saya cedera itu sebelum porda dan sebelum ke Malaysia 2015, ketika itu ada turnamen kecil di salah satu lapangan a..... romadhon cup kalo ga salah itu pada saat romadhon itu saya a... main awal terus kalo pas proses terjadinya secara spesifik itu ketika kalo ga salah itu fiftyfifty bola itu sama musuh itu saya kmudian saya ingin shooting bola tapi bolanya itu ga kena sama kaki saya jadi, jadi kegeser sama musuh dulu kalo ga salah, saya nendang tapi ga ada bolanya mungkin habis nendang itu kmudian tumpuan saya agak salah pas jatuh habis itu saya keluar habis keluar saya , babak kedua saya paksa main karna tidak kerasa apa-apa pada saat itu untuk ditekuk kakinya tapi ketika 1-2 meit main kerasa lagi
3	Over use	ADIT-S1-W1; 140-143	Ya main lagi pada babak pertama diganti, selesai kumpul untuk brefig a.... ketika main babak kedua langsung saya ditunjuk siap ga saya pada saat itu merasa ga ada masalah jadi siap
		ADIT-S1-W1; 146-151	Kalo saya ya..... alasan pribadi tu lebih karna mungkin jiwa muda yang tetep bertahan dilapangan tetep main ingin tetap menunjukkan kemampuan

			meskipun kaki saya kerasa sakit tapi ga tau sakitnya apa, jadi tetep saya paksakan main tapi ketika main pegang bola ga lama itu kerasa sakit langsung berhenti jadi jiwa muda ingin tetap dilapangan itu yang mendorong saya
4	Pemanasan	ADIT-S1-W1; 360-376	kalo saya pribadi masih inget kejadian dulu tu ketika romadhon cup, romadhon cup itu turnamen kecil yang dipanitiai oleh panitia kecil dan dengan dana mepet seingat saya pas itu jadi a... waktu yang diberikan untuk pemanasan itu sangat minim jadi ketika pergantian antara a... tim yang bertanding sebelum saya bertanding itu a... setelah mereka keluar langsung masuk jadi waktu pemanasan yang minim pada saat itu bulan puasa bener-bener tubuh ketika masih-masih mungkin masih malam hari habis puasa masih ga banyak mineral dalam tubuh terus oksigen di otot juga masih sedikit atau gimana saya ga tau ketika itu langsung main jadi pemanasan yang sangat minim dan mungkin a... apa ya asupan mineral yang kurang menyebabkan hal tersebut

No	Tema	Bentuk respon	Kode subjek/ baris	Verbatim
Bagaimana respon psikologis yang dialami paska cedera ?				
1	Respon psikologis	Emosi	ADIT-S1-W1; 127-133	Ya..... khawatir pastinya saya mikir a.... saya ga tau ini sakit apa terus ini harus digimana harus ngatasinya, penyembuhannya seperti apa saya ga tau, saya khawatir ini bakal kayak

				apa saya ga tau, saya khawatir ini kayak apa kedepannya , karena saya ga tau sama sekali penyakit saya ini apa itu
		Emosi, kognisi, perubahan perilaku	ADIT-S1-W1; 279-297	Kalo saat ini saat ini sekali masa itu sudah lewat untuk saat ini saya merasakan ada perubahan itu ketika 1-2 bulan setelah saya diperbolehkan main lagi sama terapis jadi 1,5 bulan saya vakum 2 bulan setelah itu terasa sekali saya bermain berbeda dari dulunya saya awal untuk bermain futsal a..... saya bermain fighting a.... rebut bola berani duel yang suka fighting terus berani shooting keeping shooting itu itu berubah sekali karena a...ada rasa khawatir saya akan kambuh lagi cedera saya jadi emang bener-bener saya khawatir ketika itu bahkan melihat orang-orang shooting belum pemanasan itu saya takut sendiri itu kok berani sekali dia melakukan hal tersebut padahal a.... padahal kalo dengkulnya sudah kena itu dia bahkan menyesal sampai akhir gitu ada rasa khawatir itu setelah 1-2 bulan setelah diperbolehkan main jadi ada rasa ga berani melakukan hal-hal yang akan dilakukan
		Emosi	ADIT-S1-W1; 425-436	Iyaa.... Kalo bakal berhenti tapi ada rasa itu tapi tertutupi dengan

				saya harus bisa melawan ini jadi ada aneh sih rasa khawatir saya itu ada jadi dulu sebenarnya sempat ketika cedera itu saya depresi itu sempat kenapa harus aku mengapa harus aku yang kena cedera ini terus kenapa ga nanti dulu padahal ini ada turnamen besar yang harus saya ikuti itu depresi ketika pulang kerumah saya saya khawatir sendiri takut sendiri itu ada tapi semua bias di atasi pas saya niatan saya bisa sembuh bisa sembuh tapi tetep akhirnya ya sekarang ya bisa latihan seperti biasanya
		Perilaku dan kognisi	ADIT-S1-W1; 444-454	Iya disarankan untuk menggunakan itu a... kalo tanggapan orang-orang itu sebenarnya biasanya kepelatih pelatih itu agak ngeliat kita pake itu jadi terkesan itu belum siap bermain jadi kadang-kadang kita aku dah bisa ni menunjukkan tapi kadang-kadang pelatih juga ga belum bisa kasih kepercayaan terus yang kedua musuh musuh kalo liat kaki kita kayak gini itu mungkin berbeda dia tanggapan ke kita jadi mungkin terlihat dari sikapnya merebut bola yang lebih
		Kognisi	ADIT-S1-W1; 460-462	Iya... jadi sama-sama saya belum berani musuh sangat agresif ke kita nah itu malah kelihatan kita

				ga bermain optimal malah
		Emosi, kognisi, dan behavior	ADIT-S1-W2; 39-45	Rasa khawatir tetap ada pasti ada ibaratnya biasanya kerasa itu kalo agak kecapekan terus kalo kurang minum itu kerasa cuman kembali ke diri saya kalo saya gak gak terkena lagi ya saya gak kecapekan bakal peregangan maksimal kemudian minum air yang banyak jadi rasa takut saya tutupi dengan sikap saya sendiri gitu jadi sikap saya yang antisipasi itu
		Emosi dan behavior	ADIT-S1-W2; 64-70	Kecewa pasti ada ketika itu aaa jadi dari Ramadan ke dari Ramadan kena cedera sampai ketika pemanggilan untuk ikut seleksi tu ada jangka waktu sekitar 2 mingguan itu saya pemulihan ketika ikut seleksi aa mungkin otot saya kaki saya belum support jadi krasa lagi sakitnya jadi kecewanya itu ya ketika krasa sakit lagi pas lagi seleksi kemudian sampai ke JFL pemilihan pemain did ii putuskan itu rasa kecewa itu berasa sekali bahkan aa itu kepikiran sampai ke ketika saya di luar lapangan di ketika aktivitas itu mengganggu pikiran saya karena aa JFL itu mungkin salah satu pencapain yang belum tersampaikan selama ini gitu

		Kognisi dan behavior	ADIT-S1-W2; 89-98	Aaa jika range waktu setelah cedera sekitar satu bulan dua bulan setelah cedera ada perbedaan fisik yang signifikan ya dari yang saya rasakan jadi pertama fisik dan psikis yang berpengaruh yang psikis itu saya jadi khawatir bermain dan yang fisik kemampuan fisik saya menurun jauh akan tetapi ketika setelah cedera itu ada beberapa turnamen besar yang saya ikuti jadi saya harus mengejar kembali fisik saya meskipun saya merasa turun jauh tapi kan dua turnamen besar yang saya hadapi membuat saya termotivasi untuk terus berlatih
		Behavior	ADIT-S1-W2;115-125	Kalo perubahan yang saya alami tu mungkin waktu setelah cedera itu ada jelas perubahannya jadi aa saya lebih berhati hati dalam bermain lebih lebih jaga benturan meminimalisir benturan gitu itu itu perubahan dari segi permainan dari segi psikisnya kalo dari segi pencapaian yang saya inginkan itu mungkin dulu saya masih aktif disepakola dan futsal setelah cedera mungkin sepakbolanya jadi lebih menurun intensitasnya jadi saya lebih fokus ke futsalnya saja karena mungkin salah satu penyebabnya juga karena otot saya

				terlalu letih karna mengikuti dua olahraga itu secara rutin
		Emosi	ADIT-S1-W2; 134-145	Dulu ya pas lagi cedera itu sudah mulai persiapan porda seinget saya jadi salah satu salah satu turnamen itu salah satu sebagian dari persiapan porda pada saat itu karena perangkat timnya sudah terbentuk rasa malu yang dimaksud itu ketika jadwal latihan sudah ada saya tetep dateng dan temen temen ketika itu sudah menggunakan aaa alat alat olahraga untuk latihan saya hanya duduk dipinggir lapangan dan melihat temen temen latihan jadi dari itu yang saya artikan bahwasanya malu malu itu saya tidak bisa ikut berpartisipasi dalam latihan untuk pecan olahraga daerah itu yang saya maksud dengan malu
		Behavior	ADIT-S1-W2; 153-165	Yak bentuk perilaku sih saya lebih kepada kalo berhubungan dengan cedera yaa jadi saya banyak sekali sering menasehati ke temen temen atau diskusi ke temen temen kalo sebelum latihan tu aa pereganggan atau apa namanya segala macam aa worming up tu dilakukan dengan maksimal jadi pertama perilaku itu yang saya anggap sangat berbeda dari dulu saya hanya

				masuk lapangan langsung memegang bola langsung aktivitas dengan bola tanpa ada pemanasan yang saat ini saya sangat sudah meninggalkan hal tersebut jadi sudah langsung pemanasan sendiri pereganggan sendiri dan saya ngasih tau bahkan ngasih tau ke temen ga enak rasanya cedera jadi sekarang kamu harusnya apa namanya maksimal dulu dalam pemanasan itu perilaku yang saya rasakan saya anggap berbeda dari dulu dan
		Emosi, kognisi, dan behavior	ADIT-S1-W3; 8-26	Yak aaa ketika kalo dari awal pertama kena itu khawatirnya sangat besar jadi rasa khawatir saya bener bener aa timbul karna rasa sakitnya tu terasa sekali di kaki kemudian langsung saat itu juga aa nyari informasi kemana kira kira untuk terapinya dapet informasi kemudian besoknya saya langsung ketempat terapis aaa rasanya ketempat terapis itu ya khawatir pertama sih setelah masukkan mungkin memang ini karakter dokter karakter tenaga medis membuat aa jiwa dari pasien tu semakin tenang aja jadi ngomong o ga papa ini ga lama kok ini terus bisa cepet sembuhnya jadi setelah saya masuk ya rasa khawatir ya semakin

				turun kemudian ketika mulai terapi sampai pemulihan itu ya rasa khawatir ya fluktuatif kadang kadang takut kadang kadang aa tenang takut kalo pas lagi terapi latihan kok kayaknya ga ada peningkatan karna aa dasar saya ngeliat ada peningkatan atau tidak kan dari sakitnya di kaki jadi kok kayaknya sakit terus ga sembuh sembuh gitu itu yang saya maksud fluktuatif naik turun
--	--	--	--	--

No	Tema	Kode subjek/ baris	Verbatim
Bagaimana rehabilitasi dan recovery yang dilakukan partisipan pasca cedera ?			
1	Pengompresan es dan <i>elevation</i>	ADIT-S1-W1; 162-172	Hemmm..... saya kompres es karna itu pelatih saya yang ngomong jadi langsung ya uda nanti kan saya nanya kok sakitnya kayak gini kayak gini krasanya kayak gini terus pulang ini dikompres es terus setelah itu saya mulai baca baca di internet itu karna saya khawatir sekali degkul saya ini knapa, akhirnya ada salah satu artikel yang mengatakan dikompres es dan kaki dengkul saya dinaikkan diatas jantung dan akhirnya saya mengikuti yang ada di artikel tersebut
2	Terapi dan pengompresan es	ADIT-S1-W3; 31-37	Perilaku ya mungkin pertama kalo perilaku saya melakukan apa yang dianjurkan oleh terapis jadi perilaku saya saya dari mulai apa kayak di kasih air anget apa air dingin dulu ya bentuk jadi nanti setiap hari dikasih ini itu bentuk bentuk apa yang saya lakukan apa yang disuruh saya lakukan

			sesuai dengan waktunya jadi bener bener saya ikuti itu jadi ga ada ngeyel ngeyel ibaratnya
3	<i>Recovery</i>	ADIT-S1-W1; 212-217	Kalo larangannya ga boleh latihan berat, latihan tetep ga boleh sama sekali kalo anjuran banyak yang nyaranin renang, olahraga renang, banyak yang nyaranin sepeda untuk latihan sepeda, masih rutin control itu yang disuruh sama terapisnya

No	Tema	Kode subjek/ baris	Verbatim
Bagaimana dukungan sosial dan motivasi partisipan paska cedera?			
1	Dukungan sosial	ADIT-S1-W1; 514-529	Kalo dulu pas ketika saya cedera itu betul nyata dari pelatih ada jadi latihan saya dibedakan jadi emang pelatih ada a... dua <i>head coach</i> dan asisten <i>head coach</i> yang ngurusin pemain-pemain yang ga cedera dan siap untuk bermain dan ada asisten yang ketika itu saya cerita latihan saya gimana terus akhirnya sama beliau latihan ini aja dulu nanti kalo latihan ini terus sampai kamu ga rasa sakit lagi, latianya ada beberapa materi diberikan terus a... saya jalanin ada itu saat latihan jadi meskipun saya latihan kesana tapi materi yang diberikan berbeda dan itu menurut saya bentuk a.. pelatih dalam memperbaiki dulu apa yang sudah apa cedera yang dihadapi pemainnya kemudian baru diikutkan ke latihan temen-temen yang lain
		ADIT-S1-W1; 722-737	Kalo keluarga ga terlalu karna menurut saya ehm.... Hamper seluruh keluarga saya bukan dari background olahraga jadi mereka taunya saya kakinya

			sakit dirumah ehmmmm ngiket ngiket tali ga jelas gitu narik narik kaki gitu tau mereka seperti itukan tapika saya punya niat lebih untuk bisa support itu lebih banyak dating dari temen menurut saya temen tim itu cukup signifikan lah walaupun mereka ga ngomong ayo gek dimareke gek ngene ngene nyuport dengan kata-kata ga nyuport dengan kata kata tapi a.... saya dating kesana terus mereka latian mereka apa namanya punya punya tujuan yang sama untuk bisa berkembang itu jadi rasa semangat saya untuk bisa sama sma untuk saling berkembang gitu bareng bareng
2	Motivasi pasca cedera	ADIT-S1-W1; 655-666	He.emmm mengabaikan potensi cedera yang saya alami tapi a..... saya juga sudah mulai berfikir untuk berhenti dari olahraga ini jadi dari pertimbangannya dari beberapa pertimbangan yang saya a.... saya jadikan pertimbangan pertama mungkin karna umur yang mulai yang mulai tidak a... tidak banyak turnamen yang seusia saya karnakan biasanya turnamen dibawah umur saya jadi wadah untuk menunjukkan kemampuan sudah mulai berkurang yang kedua saya juga dulu a... namanya mulai merasa gentian sekarang saya membagi
		ADIT-S1-W1; 668-670	Iyaaa kemampuan saya tahapnya sekarang disitu bukan mencari ilmu lagi tapi sudah membagikan ilmu yang dimiliki tadi kedua pertimbangan saya
		ADIT-S1-W3; 151-160	ya iyaaaa yak ketika saya cedera kan banyak aktifitas yang saya menguatkan otot tapi

			kliatan aneh sama orang awam jadi ada kayak narik narik karet pake kaki gitu kan orang orang awam melihat aneh tapi aaa saya tetep meskipun ga banyak namunkan kayak orang tua yang sering cerita kalo ini kmaren olahraga terus cedera apa besok mau pekan olahraga daerah itu yang motivasi saya meskipun ga secara langsung tapi nyata dari orang tua yang bangga sama anaknya yang ikut pekan olahraga daerah tuu itu yang menjadi motivasi saya
		ADIT-S1-W3; 135-138	aaa sekarang mungkin karna umur ya jadi motivasi saya kedepan saat ini yaa gaa banyak banget memang untuk dunia olahraga tapi yang saya inginkan lebih ke menjaga kesehatan sih maksudnya tetep

KODING

2. Koding Diki

No	Tema	Kode subjek/ baris	Verbatim
Apa saja faktor yang menyebabkan cedera?			
1	Pengetahuan mengenai cedera	DIKI-S2-W3;22-28	Aaaa jujur sebelum sakit saya mengalami cedera ini saya dulu aaaa belum tau pertama kali mengenal futsal kalo kok apabila futsal itu bisa sampai separah ini cederanya dan mungkin baru baru aja sebelum saya cedera kmarin baru mengetahui karena mungkin rekan saya dan juga teman saya beberapa ada yang sudah mengalami sebelumnya
2	Kesalahan pada tumpuan	DIKI-S2-W2; 31-37	awaal mulanya pada pertandingan futsal melakukan gerakan shooting namun tidak mengarah pas ke gawang dan saya memaksakan dari situ pas

			melakukan tendangan shooting memakai kaki kiri saya memakai tumpuan juga kaki kiri a.. dan badan saya berputar dan lutut bagian kiri luar itu masuk kedalam itu yang disebut itu dislokasi mungkin seperti itu”
3	Pemanasan dan <i>Over use</i>	DIKI-S2-W2; 53-58	kalo factor penyebab dari yang lainnya a... bisa jadi kurang pemanasan dan sebelum beberapa hari sebelum terkena itu saya tenaga saya terforsir ketika berobat dokter bilang aaaa ini ototnya masa masa ototnya terlalu berat dan a... terlalu terforsir mungkin bisa jadi karna kecapekan juga
4	Cedera berulang dari benturan	DIKI-S2-W2; 72-76	ya mungkin pada saat itu pada saat cedera yang kedua mungkin saya kurang efektif dalam penyembuhannya karna saya memaksakan a... harusnya masih dalam a... waktu istirahat dan saya memaksakan dan terkena cedera saya kambuh lagi
		DIKI-S2-W2; 101-103	kalo cedera yang kedua sendiri mungkin murni saya terkena benturan

No	Tema	Bentuk respon	Kode subjek/ baris	Verbatim
Bagaimana respon psikologis yang dialami paska cedera ?				
1	Respon Psikologi	Behavior	DIKI-S2-W2; 65-69	a.... kalo yang saya rasakan saat ini ga ada bedanya dengan dulu saat cedera karna dulu saya a... bener bener fokus kepenyembuhan dan mencoba menghindari a.. aktifitas yang berat yang memerlukan kinerja otot lutut yang lebih besar lagi
			DIKI-S2-	a... serupa mungkin yang

			W2; 112-114	pertama mungkin lebih intensif karna itu pertama kali dan sempet bengkak selama dua hari dan saya tidak bisa berjalan
		Kognisi	DIKI-S2-W2; 124-126	kalo posisi tertentu mungkin kalo saya a... diposisi yang kadang tidak fokus atau berdiri kadang merasakan lutut tu kyak itu tidak kompak tidak pas dalam gerakannya
		Emosi	DIKI-S2-W2; 186-193	Mungkin pada pertama kali cedera saya kurang paham mengenai apa yang saya sedang alami mungkin dalam benak saya mungkin saya hanya a.. mengalami cedera biasa tapi setelah a,, tau bahwa itu saya mengalami cedera lutut yang a.. mungkin agak parah mulai dari saat itu juga saya sempet <i>down</i> dalam artian saya takut kalo tidak bisa kembali ke rutinitas futsal seperti sebelum saya cedera
		Kognisi	DIKI-S2-W2; 197-202	e... pada saat setelah mengalami cedera yang pertama yang saya bayangkan kedepannya mungkin saya tidak bisa a... terus apa bila dikisarkan dengan persentase mungkin saya tidak bisa 100% mungkin hanya sekitar a... 70-80% a.. berprestasi dalam futsal mungkin seperti itu
		Emosi dan kognisi	DIKI-S2-W2; 206-210	iya mungkin bisa dikatakan seperti itu karna juga saya berpikiran a,,, memang cedera yang ditakutkan para atlet-atlet

				olahragawan itu mungkin cedera lutut makanya saya agak pesimis bisa kembali ke top performa seperti dulu lagi
		Emosi	DIKI-S2-W2; 247-259	mungkin a,,, dulu sebelum saya mengalami cedera mungkin merasakan difutsal tu bahwa ini salah satu passion saya a... mungkin dari dulu basic saya disepakbola tapi entah kenapa setelah melihat futsal tu seperti ada a... peluang untuk saya lebih berprestasi lagi tu ada di futsal mungkin pada saat sebelum itu saya passion saya lebih ke futsal daripada ke pada sepak bola namun setelah a.. cedera a,,, mungkin agak mengendor lagi a... ya tetep dari benak saya dari jiwa saya ga bisa hilang a... jiwa futsal saya meskipun paling tidak saya tetep mengikuti perkembangan futsal tapi untuk kea rah yang berprestasi mungkin saat ini saya kurang begitu yakin mungkin begitu
		Kognisi	DIKI-S2-W3; 59-62	Yaaa hhae kalo perubahan secara fisik mungkin saya lebih itu lebih mengatakan kalo saya agak lebih gemuk berat badan saya naik dan juga kekuatan kaki saya turunya mungkin drastis sekitar 50% mungkin segitu
		Emosi, kognisi, dan	DIKI-S2-W3; 115-123	Aaa khususnya setelah cedera yang kedua aa dam as aaaa kayak

		behavior		ketakutan aaa apabila melakukan gerakan gerakan tertentu yang memerlukan gerakan mendadak saya aaapasti kayak punya ngrasa apa yaa emmm kayak trauma mungkin seperti itu mungkin saya pada saat itu membatasi gerakan gerakan yang sekiranya saya membutuhkan gerakan mendadak dan untuk menjaganya mungkin dulu sya aaaa lebih berhati hati aja dan tidak terlalu memaksakan
		Emosi	DIKI-S2-W3; 130-138	Yaa mungkin pernah merasa seperti itu mungkin dulu saya sebenarnya dulu kesalahan saya sendiri tidak terus terang kepada pelatih ataupun manager apabila saya masih sebenarnya belum seratus persen merasakan fit atau mungkin dulu saya sempat menyesal juga saat itu memaksakan main dan juga ternyata kebetulan posisinya tu mungkin kalah atau kurang beruntung dan mungkin saya agak merasa kecewa dan juga rasa bersalah mungkin seperti itu
		Emosi dan kognisi	DIKI-S2-W3; 180-188	Yaaa mungkin saya perasaan saya sendiri mungkin sekarang lebih kurang komunikasi dengan temen temen yang dulunya sering bertemu dilapangan futsal sering aaa aktivitas di UKM mungkin begitu saya merasa kayak aa ada

				gap sekarang jujur saya sendiri merasakan itu dan rasanya kok ga enak mungkin seperti itu sekarang jarang ketemu jarag kayak itu berkontribusi mungkin seperti itu
		Behavior	DIKI-S2-W3; 276-285	Yaaa untuk mengisi waktu luang mungkin aaa saya focus berbisnis aaa karena saya juga punya aaa keahlian dibidang desaign mungkin seperti itu saya sekarang berbisnis dibidang desain itu dan mungkin perbedaannya juga sangat drastis juga dari segi pemasukan mungkin dulu saya futsal aaa pemasukan kalo ada turnamen aja itupun kalo juara misalnya bisa masuk final baru dapat pemasukan sedangkan saat ini aaa ketika saya cedera sejauh ini lebih rutin lebih banyak pemasukan dari usaha bisnis saya sendiri
		Emosi dan kognisi	DIKI-S2-W3; 291-298	Yaa mungkin yang saya rasakan mungkin eee aktivitas saya mungkin lebih banyak itu merasakan kejenuhan karena lebih banyak itu aaaa menghadap kee monitor itu laptop mungkin sekarang miungkin lebih merasakan kejenuhan dan berbeda sekali degan waktu saya dulu masih aktif di futsal mungkin entah mengapa kok tidak ada rasanya merasa bosan pada saat sudah

			berada dia atas lapangan mungkin seperti itu
		Emosi dan kognisi	DIKI-S2-W3; 325-332 Kalo menyesal pasti ada mas pasti ada sampai sekarang masih saya dalam benak saya mungkin masih aaa merasakan kayak aaaa seharusnya saya dulu ga seharusnya seharusnya dan hanya kata itu seharusnya seharusnya itu sampai sekarang kadang kalo melihat sodara kembar saya berangkat latihan atau sedang melakukan pertandingan saya mungkin lebih menyesal ada sperti itu
No	Tema	Kode subjek/ baris	Verbatim
Bagaimana rehabilitasi dan recovery yang dilakukan partisipan paska cedera ?			
1	Istirahat	DIKI-S2-W2;93-97	dari fisioterapis sendiri itu menyarankan bahwa sebenarnya dalam waktu rehat itu penyembuhan itu tidak boleh sama sekali aktifitas yang memerlukan itu tadi gerakan yang sangat berat itu tadi harus bener bener fokus dan fokus pada penguatan lutut itu saja
2	Terapi dan pengompresan es	DIKI-S2-W2;105-109	a... kalo secara medisnya mungkin a... kondisi lutut saya langsung dikompres dengan es batu untuk meringankan rasa nyerinya tersebut lebih lanjutnya pada sore harinya saya langsung mendatangi itu fisioterapisnya itu untuk dilemaskan lagi lututnya
3	Pulih total dengan operasi	DIKI-S2-W2;168-170	Kalo dokter menyatakan itu lumayan parah a... dan harus apabila ingin kembali kerutinitas futsal harus dilakukan operasi
4	Berpikiran positif	DIKI-S2-W4;52-61	Untuk metodenya sih mungkin kalo dari saya sendiri mungkin

			aaa terutama yang pertama itu berpikiran positif kemudian aaa yang kedua mengikuti apapun yang disarankan dokter ataupun terapis dan juga yang ketiga aaa mungkin saya juga kontrol diri mawas diri apa yang dulu pernah saya mungkin aaa saya anggap itu yang tidak baik buat saya saat ini juga saya bukan saya kurangi lagi tapi banyak saya hindari mungkin seperti itu
5	Evaluasi diri sendiri	DIKI-S2-W4;68-79	Aaaa untuk perilaku sendiri mungkin saya saat ini mungkin lebih banyak aaa itu ya mungkin aa melakukan evaluasi mungkin terhadap diri saya sendiri apa yang mungkin yang dulu dulu yang pernah saya lakukan mungkin yang membuat saya sampai apapun itu bukan saja yang masalah teknis mengenai futsal dan mengenai semua kehidupan saya saya evaluasi mungkin saya pernah punya salah pada orang lain itu saya aa evaluasi terhadap diri saya sendiri dan juga saya kembali memotivasi bahwasanya aaa entah besok atau kapan tapi saya yakin bahwasanya kalo saya berpikiran positif saya akan insyaallah saya akan sembuh dan juga saya akan kembali lagi berprestasi seperti dulu
6	Menghindari pekerjaan berat	DIKI-S2-W2;65-79	a.... kalo yang saya rasakan saat ini ga ada bedanya dengan dulu saat cedera karna dulu saya a... bener bener fokus kepenyembuhan dan mencoba menghindari a.. aktifitas yang berat yang memerlukan kinerja otot lutut yang lebih besar lagi

No	Tema	Kode subjek/ baris	Verbatim
Bagaimana dukungan sosial dan motivasi partisipan paska cedera?			
1	Dukungan sosial	DIKI-S2- W2;160-165	Kmaren sih setelah cedera pada saat membela klub saya diboyolali itu dari pihak management itu sendiri sebenarnya sudah menawarkan a... untuk penanganan lebih lanjut khususnya operasi untuk a... mungkin mengembalikan kondisi lutu saya agar bisa beraktifitas rutinitas a.. futsal lagi mungkin seperti itu
		“(DIKI-S2- W2;337-348).	a... yang jelas yang pertama kali orang tua karna beliau a.. orang tua saya mungkin a .. tidak henti hentinya memberikan motivasi saya bahwasanya masih ada untuk kesempatan itu masih ada kesempatan sembuh masih ada berprestasi lagi mungkin sekarang ini lagi a... ndak papa a... istirahat dulu istilalnya mungkin untuk kedepannya insyallah bakal kembali berprestasi lagi kmudian ada juga disana temen deket a.. mungkin bisa dibilang pacar saya sendiri mungkin lebih inten dalam member semangat saya dan juga temen-temen banyak sekali di sekeliling saya yang ndak ada henti-hentinya memberikan motivasi saya untuk berprestasi lagi
		DIKI-S2- W2;359-362	Sejauh ini mungkin saya menggunakan biaya sendiri terutama biaya dari orang tua mungkin dari klub sendiri pada saat cedera yang kedua itu aja a... cuman sekali klub membiayai biaya terapi saya mungkin seperti itu
		DIKI-S2- W4;23-32	Aaaa yaa mungkin sebenarnya mulai dari hal kecil mungkin saya juga masih aa itu ya

			sedikit banyak pengen tahulah apa sih yang aaa perkembangan futsal di lingkungan mungkin di kampus atau pun di klub dulu saya yang langsung ngomong tetapi kayak dia menunjukkan mencontohkan bahwa saya tiap pulang ngabari kalo saya menang atau apa itu bagi saya seperti dia menunjukkan motivasi atau moril kepada saya dukungan moril bahwa saya ayo kita bisa aaa balik lagi bisa berprestasi lagi mungkin seperti itu
2	Motivasi pasca cedera	DIKI-S2-W2;325-332	motivasi saya mungkin Alhamdulillah saya sendiri mempunyai sodara kembar dan sodara kembar saya sendiri mungkin saya jadikan motivasi bahwasanya a... di masih perlu butuh support saya terutama dalam di dalam maupun diluar lapangan a... kmudian saya juga selalu mengikuti update terbaru a.. figure figure futsal mungkin untuk lebih memacu motivasi saya untuk kembali berprestasi lagi
		DIKI-S2-W3; 165-170	Aaaa mungkin untuk saat ini a saya tidak sampai merasa seperti itu saya mungkin saat ini saya hanya menganggap diri saya perlu istirahat saja mungkin suatu saat saya pasti akan bisa untuk comeback untuk meraih apa yang sayaa impikan dulu sebelum seperti saya sebelum cedera mungkin seperti itu
		DIKI-S2-W4;9-19	Ya.. aaa sebelumnya makasih mas yosi untuk aaa wawancara yang ketiga ini aaa mungkin bentuk motivasi internal dari dalam diri sendiri aaa lebih kearah itunya mass kayak me

			me ingin kembali itu apa spirit olah raga pingin balik lagi seperti dulu karena aaa yang saya rasakan sekarang aa mungkin aa drastis sekali kayak jiwa olahraga saya kayak aa hilang mungkin pingin punya jiwa olahraga mungkin karena dari jiwa olahraga itu saya dulu merasakan banyak sekali kayak manfaat positifnya seperti semangat untuk beraktifitas untuk aaamenuntut ilmu dan lain lainnya mungkin seperti itu
		DIKI-S2-W3; 206-215	Yaaa kalo dorongan pasti yang paling utama kalo realnya mungkin doa yang diucapkan mudah mudahan aa mas diki mungkin lebih itu lagi dii diperbanyak doanya mungkin seperti itu juga kalo real lebih realnya lagi mungkin aa terutama dari sodara kembar saya mungkin aa.. lebih kepada hal yang apa ya seperti menunjukkan prestasi prestasi seperti itu dia tanpa saya masih bisa berprestasi mungkin hal itu yang sampai sekarang menjadi dorongan saya untuk kembali berprestasi lagi

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI INFORMAN KUNCI
(Key Informant)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aditya Rahadian
Usia : 23
Alamat : Bantul

Menyatakan bahwa,

1. Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian yang berjudul “Respon Psikologis Atlet Futsal Yang mengalami Cedera ACL”.
2. Saya memahami semua informasi yang dijelaskan dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini dengan memberikan data yang benar dan sesuai keadaan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,

Yang membuat pernyataan,


Aditya

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI INFORMAN
PENDUKUNG (*Significant Other*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : A D
Usia : 23
Alamat : Bantul

Menyatakan bahwa,

1. Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian yang berjudul
“Respon Psikologis Atlet Futsal Yang mengalami Cedera ACL”.
2. Saya memahami semua informasi yang dijelaskan dan bersedia berpartisipasi
dalam penelitian ini dengan memberikan data yang benar dan sesuai keadaan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari
pihak manapun untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,

Yang membuat pernyataan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA


A D

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI INFORMAN KUNCI
(Key Informant)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Diki Mandala

Usia : 20 Tahun

Alamat : Magetan

Menyatakan bahwa,

1. Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian yang berjudul
“Respon Psikologis Atlet Futsal Yang mengalami Cedera ACL”.
2. Saya memahami semua informasi yang dijelaskan dan bersedia berpartisipasi
dalam penelitian ini dengan memberikan data yang benar dan sesuai keadaan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,

Yang membuat pernyataan,


Diki Mandala

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI INFORMAN
PENDUKUNG (*Significant Other*)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Diko Mandala

Usia : 20 Tahun

Alamat : Magetan

Menyatakan bahwa,

1. Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian yang berjudul
“Respon Psikologis Atlet Futsal Yang mengalami Cedera ACL”.
2. Saya memahami semua informasi yang dijelaskan dan bersedia berpartisipasi
dalam penelitian ini dengan memberikan data yang benar dan sesuai keadaan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,

Yang membuat pernyataan,



Diko Mandala .

CURRICULUM VITAE



DATA PRIBADI

Yozhy Wihandaru

Alamat : Jogomangsan RT 05/15 Rejosari,
Jogotirto, Berbah- Sleman
No. HP : 082242370593
Email : Wihandaru@gmail.com
Tanggal Lahir : 27 Agustus 1993

TUJUAN BERKARIR

Mencari pengalaman kerja dan berusaha semaksimal mungkin membantu perkembangan perusahaan.

RIWAYAT PENDIDIKAN

September 2011 – 29 Maret 2017 Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta
Jurusan Psikologi

Juli 2009 – Agustus 2011 SMTI (Sekolah Menengah Teknologi Industri) Yogyakarta

PENGALAMAN KERJA

2013 Petugas Sensus Pertanian
2015 Petugas Sensus Kemiskinan
2016 Petugas Sensus Ekonomi
2016 Ketua KONI Futsal Kecamatan Berbah

PENGALAMAN ORGANISASI DAN PRESTASI

2017 Juara I Psychomonth DIY – Jateng (Futsal)
2017 Juara I Psycho Cup Mercu Buana DIY –Jateng (Futsal)
2013 - 2015 Ketua BOM (Badan Otonom Mahasiswa) Fakultas
2013 – 2014 Juara I Liga Futsal Kampus se-Jawa Bali
2009 - 2010 Juara II Liga Pelajar Indonesia Regional Yogyakarta (Sepak Bola)

KETERAMPILAN

Keterampilan komputer:

- Microsoft XP applications (Word, Excel, Office, PowerPoint)

Keterampilan Bahasa:

- Bahasa Indonesia (bahasa ibu)
- Bahasa Inggris - pemula (membaca dan menulis)

KOMPETENSI DIRI

- Mampu bekerja di lingkungan yang baru / mudah beradaptasi
- Kemampuan baik untuk berkomunikasi secara lisan dan tertulis
- Mampu disiplin terhadap peraturan yang ada
- Sangat antusias untuk memulai pekerjaan dan berkontribusi dengan baik untuk tim