

## DAFTAR PUSTAKA

- Arjuna, F. (2014). *Menjaga Kebugaran Jasmani Dengan Bersepeda*. 1–25.
- Artanayasa, I. W., & Putra, A. (2014). *Cedera pada pemain sepakbola*. 345–353.
- Artanayasa, W., & Putra, A. (2014). *Cedera pada pemain sepak bola*. 345–353.
- Baskoro, F. Y., Moerjono, S., & Anggraheny, H. D. (2016). *Pemanasan Fisik Menurunkan Kejadian Kram Otot Triceps Suraepada Atlet Renang Physical*. 40(4), 12–15. <https://doi.org/10.3969/j.issn.2095-5707.2016.04.004>
- Bini, R., Hume, P. A., & Croft, J. L. (2011). Effects of bicycle saddle height on knee injury risk and cycling performance. *Sports Medicine*, 41(6), 463–476. <https://doi.org/10.2165/11588740-000000000-00000>
- Callaghan, M. J. (2005). Lower body problems and injury in cycling. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 9(3), 226–236. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2005.01.007>
- Christan, R. (2013). *Nordic Body Map Kaitannya dengan Evaluasi Ergonomi*. 29(8), 571.
- Christofora DK, Rina O, dan E. Y. (2014). *Aplikasi Nordic Body Map untuk Mengurangi Muskuloskeletal Disorder pada Pengrajin Songket*. 53–110.
- Cox, K. D. (2012). Hamstring strain. *The 5-Minute Sports Medicine Consult: Second Edition*, 3535(Mild). [https://doi.org/10.5005/jp/books/12743\\_10](https://doi.org/10.5005/jp/books/12743_10)
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fauziah, N., Karim, D., & Utami, S. (2013). Hubungan Antara Posisi Tubuh dengan Keluhan Muskuloskeletal. *HUBUNGAN ANTARA POSISI TUBUH DENGAN KELUHAN MUSKULOSKELETAL PADA PETANI PADI DI DESA SILONGO KECAMATAN LUBUK TAROK KABUPATEN SIJUNJUNG*, 214(2). Retrieved from <http://shadibakri.uniba.ac.id/wp-content/uploads/2016/03/Buku-Ergonomi.pdf>
- Gd, D., Wira, K., Darmayasa, I. P., Luh, N., & Snyanawati, P. (2016). *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Passing Bola Basket*. 6(3).

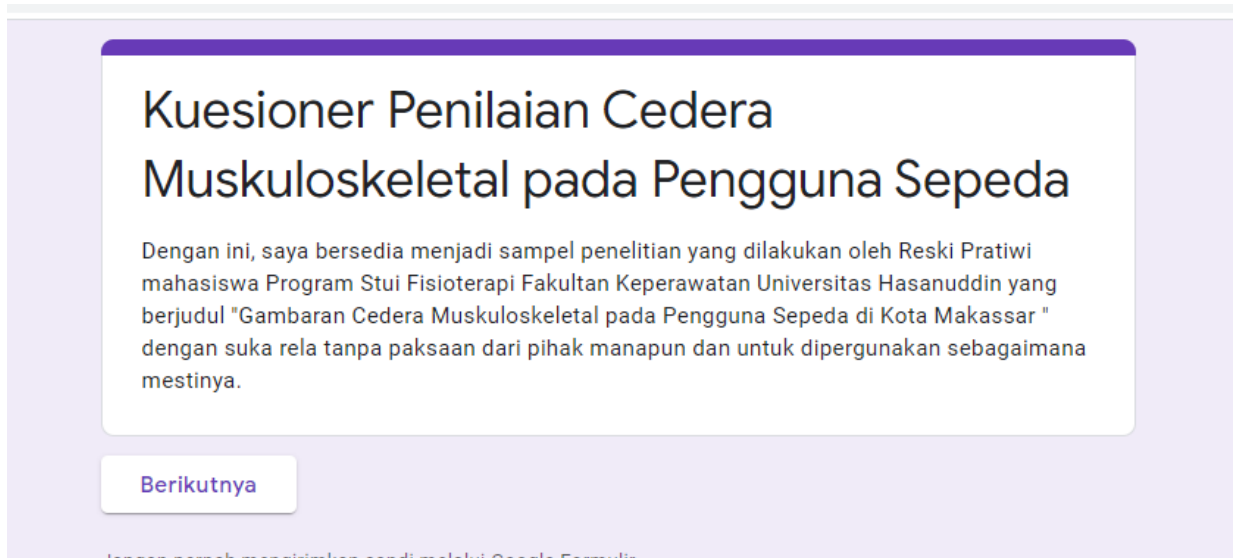
- Lane, J., & Cuthbert, R. (2017). The prevalence of non-traumatic musculoskeletal injuries in non-professional road cyclists. *Physiotherapy*, *103*, e34. <https://doi.org/10.1016/j.physio.2017.11.196>
- Marsden, J. R., Burrows, L., Cook, M., Corrie, P. G., Cox, N. H., Gore, M. E., ... Marsden, J. (2010). *Revised U . K . guidelines for the management of cutaneous melanoma 2010.* 238–256. <https://doi.org/10.1016/j.bjps.2010.07.006>
- Medicine, U. of W. S. (2017). cycling Sports Training Tips. *UW HEALTH SPORTS MEDICINE Cycling*, 1–2.
- Miftahul Ihsan. (2017). *Survey Cedera Olahraga Pada Atlet Cabang Olahraga Bola Basket di CLUB XYZ JUNIOR Medan Labuhan.* *16*(1), 1–14.
- Misbach, J. (2010). Patofisiologi cedera kranioserebral. *Neurona*, *16*(4), 4–7.
- Ning, Novyan Abraham. Syamsudin, E. F. (2012). Study Kasus Penatalaksanaan dislokasi sendi temporomandibula anterior bilateral. *Dental Journal (Majalah Kedokteran Gigi)*, *2*(1), 120–125.
- Oser, S. M., Oser, T. K., & Silvis, M. L. (2013). Evaluation and Treatment of Biking and Running Injuries. *Primary Care - Clinics in Office Practice*, *40*(4), 969–986. <https://doi.org/10.1016/j.pop.2013.08.011>
- Priego Quesada, J. I., Kerr, Z. Y., Bertucci, W. M., & Carpes, F. P. (2019). A retrospective international study on factors associated with injury, discomfort and pain perception among cyclists. *PLoS ONE*, *14*(1), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211197>
- Priyonoadi, B., & Fauzi, B. (2014). *Klasifikasi dan Pemahaman Penanganan Cedera Pada Saat Latihan Menari.* 44–53.
- Puspitasari, N. (2019). *A Retrospective Study Injuries in Badminton Players.* *2*(1), 1–9.
- Putra, S. (2015). Berjalan Kaki dan Bersepeda. *Jurnal Pendidikan Olahraga, VOL. 4, No. 2, Desember 2015*, *4*(2), 170–181.
- Ramadhan, A., & Sihombing, J. P. (2017). Kajian ergonomi desain sepeda fixed gear (fixie). *PRODUCTUM Jurnal Desain Produk (Pengetahuan Dan Perancangan Produk)*, *3*(1), 8. <https://doi.org/10.24821/productum.v3i1.1734>

- Ratna, T., Junaidi, & Setiakarnawijaya, Y. (2012). *Efek Kerja Bersepeda Statis Selama 45 Menit Terhadap Penurunan Kadar Lo Density Lipoprotein dalam darah*. 8(11), 28–31. <https://doi.org/10.14119/j.cnki.zgxb.2015.02.001>
- Romadhon, S. akbar, & Rustiadi, T. (2017). Motivasi dan Minat Masyarakat Dalam Berolahraga Sepeda di Kota Semarang. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 6(3), 177–182.
- Saharun Iso, A. T. (2016). Prinsip Umum Penatalaksanaan Cedera Olahraga Heat Stroke. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12(2).
- Sapti, A. (2018). Perkembangan Usia Mempengaruhi Kekuatan Otot Punggung Pada Orang Dewasa Usia 40-60 Tahun. *Gaster | Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 1. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i1.237>
- Sari, E. N., Handayani, L., & Saufi, A. (2017). *Hubungan Antara Umur dan Masa Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders ( MSDs ) pada Pekerja Laundry Correlation Between Age and Working Periods with Musculoskeletal Disorders ( MSDs ) in Laundry Workers*. (9), 183–194.
- Satria, ALi dan Priyonoadi, B. (2012). *Terapi Massage Frirage*. 1–95.
- Schwellnus, M. P., & Derman, E. W. (2010). Common injuries in cycling: Prevention, diagnosis and management. *South African Family Practice*, 47(7), 14–19. <https://doi.org/10.1080/20786204.2005.10873255>
- Setiawan, A. (2011). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1).
- Sudarsono, N. C. (2010). Cedera latihan dan usaha pencegahannya. *CEDERA LATIHAN DAN USAHA PENCEGAHANNYA*. Retrieved from <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132318122/pendidikan/metabolisme+energi.pdf>
- Sulistyo, D., Triana, B., & Winarsih, N. (2011). Upaya Penggunaan Sepeda Sebagai moda transportasi di kota surabaya. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Sipil)*, 46–50. Retrieved from [http://repository.gunadarma.ac.id/186/1/Upaya Penggunaan Sepeda Sebagai Moda Transportasi Di Kota Surabaya\\_UG.pdf](http://repository.gunadarma.ac.id/186/1/Upaya%20Penggunaan%20Sepeda%20Sebagai%20Moda%20Transportasi%20Di%20Kota%20Surabaya_UG.pdf)
- Suranto, B., & Sanjaya, M. R. (2015). *Pengembangan Laman Jogja Gowes untuk Mendukung Budaya*. (August), 1–6.

- Susanti, L., & Agustion, Y. H. (2016). Perancangan Konfigurasi Tinggi Setang, Sadel, dan Pedal Sepeda yang Ergonomis. *Jurnal Optimasi Sistem Industri*, 14(1), 33. <https://doi.org/10.25077/josi.v14.n1.p33-38.2015>
- Suyut, T. A. (2013). Profil Perkembangan Ekstrakurikuler Balap Sepeda di SMP Negeri 20 Surabaya TYAS. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Tarwaka, & Bakri, S. H. A. (2016). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Retrieved from <http://shadibakri.uniba.ac.id/wp-content/uploads/2016/03/Buku-Ergonomi.pdf>
- Wijaya, K. (2019). Identifikasi Risiko Ergonomi dengan Metode Nordic Body Map Terhadap Pekerja Konveksi Sablon Baju. *Seminar Dan Konferensi Nasional IDEC*, 2–3.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 *Informed Consent*



**Kuesioner Penilaian Cedera  
Muskuloskeletal pada Pengguna Sepeda**

Dengan ini, saya bersedia menjadi sampel penelitian yang dilakukan oleh Reski Pratiwi mahasiswa Program Stui Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin yang berjudul "Gambaran Cedera Muskuloskeletal pada Pengguna Sepeda di Kota Makassar " dengan suka rela tanpa paksaan dari pihak manapun dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

[Berikutnya](#)

Jangan pernah mengirimkan email melalui Google Formulir

## Lampiran 2 Surat Observasi Lapangan



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEPERAWATAN**

Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar Lantai 5 Fakultas Kedokteran  
Telpon: 0411-586296, Fas: 0411-586296 email : keperawatan@unhas.ac.id

13 Januari 2020

No. : 302/UN4.18.2/DL.16/2020

Lamp. : --

Hal : Observasi Lapangan

Yth. : Gubernur Provinsi Sulawesi Selatan  
C.q. Kepala Badan Koordinasi Penanaman Modal Daerah

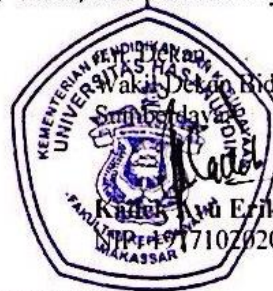
di-  
Makassar

Dengan hormat disampaikan bahwa dalam rangka penyelesaian studi Mahasiswa Program Sarjana Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin, maka dengan ini kami mohon agar mahasiswa tersebut namanya di bawah ini :

Nama : Reski Pratiwi  
NIM : C13116305  
Program Studi : Fisioterapi  
Rencana Judul : Gambaran Tingkat Resiko Cedera Muskuloskeletal pada Pengguna Sepeda di Kota Makassar.

Dapat diberikan izin untuk melakukan observasi lapangan, dalam rangka penyusunan skripsi yang dilaksanakan bulan Januari s/d Februari 2020.

Demikian permohonan kami, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bid. Perencanaan, Keuangan dan

Karies Ayu Erika, S.Kep, Ns, M.Kes  
710202003122001

Tembusan :

1. Ketua Program Studi Ilmu Fisioterapi Unhas
2. Kepala Bagian Tata Usaha

[grqvalnan.stro@gmail.com](mailto:grqvalnan.stro@gmail.com)

### Lampiran 3 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEPERAWATAN

Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar Lantai 5 Fakultas Kedokteran  
Telpon: 0411-586296, Fas: 0411-586296 email : keperawatan@unhas.ac.id

No. : 2467/UN4.18.1/PT.01.04/2020

19 Mei 2020

Lamp.: -

Hal : **Permintaan Izin Penelitian**

Yth. : Gubernur Provinsi Sulawesi Selatan  
C.q. Kepala Badan Koordinasi Penanaman Modal Daerah

di-  
Makassar

Dengan hormat disampaikan bahwa dalam rangka penyelesaian studi Mahasiswa Program Sarjana Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin, maka dengan ini kami mohon agar mahasiswa tersebut namanya di bawah ini :

N a m a : Reski Pratiwi  
NIM : C13116305  
Program Studi : Fisioterapi  
Rencana Judul : Gambaran Cedera Musculoskeletal pada Pengguna Sepeda di Kota Makassar.

Dapat diberikan izin penelitian untuk penyusunan skripsi di Komunitas mafixed, Pasapeda\_coffe, Pasapeda\_Manggala, Monster Gear Indonesia, KOPHI SulSel, Sepedalipatsulsel dan JKS Makassar, pada bulan Mei s/d Juni 2020. Adapun Metode pengambilan sampel : **kuesioner via online (google form)**.

Besar harapan kami, permohonan izin ini dapat dipertimbangkan untuk diterima.

Demikian permohonan kami, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.

**g. n. Dekan,**  
**Wakil Dekan Bid. Akademik, Riset dan Inovasi**  
  
**Ani Rachmawaty, S.Kep., Ns., MN., Ph.D**  
NIP. 198007172008122003

Tembusan :

1. Ketua Program Studi Fisioterapi Fak. Keperawatan Unhas



## Lampiran 4 Surat Etik Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar Lantai 5 Fakultas Kedokteran  
Telpon: 0411-586296, Fas: 0411-586296 email : keperawatan@unhas.ac.id

No. : 2470/UN4.18.1/TP.02.02/2020

19 Mei 2020

Lamp : -

Hal : Permohonan Izin Etik Penelitian

Yth. : Ketua Komisi Etik Poltekkes  
Kemenkes Makassar

di -  
Makassar

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Rini Rachmawaty, S.Kep.,Ns.,MN.,Ph.D.  
NIP : 198007172008122003  
Jabatan : Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Riset dan Inovasi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin

Dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu agar diberi izin etik dalam rangka kegiatan penelitian kepada :

Nama : Reski Pratiwi  
NIM : C13116305  
Program Studi : Fisioterapi  
Rencana Judul : Gambaran Cedera Musculoskeletal pada Pengguna Sepeda di Kota Makassar.

Adapun metode yang digunakan dalam Pengumpulan data adalah kuesioner via online (google form).

Demikian permohonan kami, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik  
Riset dan Inovasi

Rini Rachmawaty, S.Kep. Ns., MN., Ph.D.  
NIP: 198007172008122003

Nama Peneliti,

Reski Pratiwi  
NIM : C13116305



## Lampiran 5 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

### SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : Reski Pratiwi Jamaluddin

Nim : C13116305

Prodi/Fakultas : Fisioterapi/Keperawatan

Judul Skripsi : Gambaran Cedera Muskuloskeletal pada Pengguna Sepeda Di Kota Makassar

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya telah melakukan penelitian di Kota Makassar mulai tanggal 7 Mei s/d 9 Mei 2020

Demikian surat pernyataan ini saya buat dan bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan hukum yang berlaku, bila dikemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar

Makassar, 27 Mei 2020

Yang membuat,

  
Reski Pratiwi Jamaluddin

## Lampiran 6 Kuesioner Gambaran Cedera Muskuloskeletal

### A. Identitas Diri dan Kuesioner Riwayat Cedera Olahraga



APR 30, 2020

Assalamualaikum Wr. Wb.  
Perkenalkan nama saya Resky Pratiwi, Mahasiswi Jurusan Fisioterapi Universitas Hasanuddin. Saya sangat mengharapkan kesediaan teman-teman untuk berpartisipasi dalam kelancaran penelitian ini dengan menjadi responden dalam penelitian ini.

Kriteria responden :  
-Berusia 18 - 50 tahun  
-Aktif bersepeda dalam tiga bulan terakhir dengan jarak minimal 10 km

Berikut linknya :  
<https://forms.gle/6jtUDgvrnumqmRdD6>



Data dan identitas teman-teman akan dijaga kerahasiaannya dan menjadi tanggung jawab peneliti sepenuhnya. Terimakasih atas partisipasi teman-teman sekalian. Mohon bantuannya dalam kelancaran penelitian 🙏

## Kuesioner Penilaian Cedera Muskuloskeletal pada Pengguna Sepeda

The form Kuesioner Penilaian Cedera Muskuloskeletal pada Pengguna Sepeda is no longer accepting responses.  
Try contacting the owner of the form if you think this is a mistake.

This content is neither created nor endorsed by Google. [Report Abuse](#) - [Terms of Service](#) - [Privacy Policy](#)

Google Forms

**Lampiran 7 Distribusi data**

**Uji Validitas**

N= 10

R table= 0.632

**Correlations**

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total
P1	Pearson Correlation	1	.238	.590	.697*	.323	.672*	.339	.408	.209	.196	.666*
	Sig. (2-tailed)		.509	.073	.025	.363	.033	.338	.242	.562	.587	.035
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P2	Pearson Correlation	.238	1	.009	.661*	.403	.638*	.393	.333	.438	.396	.671*
	Sig. (2-tailed)	.509		.981	.038	.249	.047	.262	.347	.206	.257	.034
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P3	Pearson Correlation	.590	.009	1	.154	.286	.149	.650*	.716*	.432	.405	.637*
	Sig. (2-tailed)	.073	.981		.671	.424	.682	.042	.020	.213	.246	.048
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P4	Pearson Correlation	.697*	.661*	.154	1	.530	.965**	.177	.151	.367	.332	.729*
	Sig. (2-tailed)	.025	.038	.671		.115	.000	.624	.677	.297	.349	.017
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P5	Pearson Correlation	.323	.403	.286	.530	1	.512	.394	.250	.101	.886**	.693*

Sig. (2-tailed)	.363	.249	.424	.115		.131	.260	.487	.781	.001	.026
N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10

P6	Pearson Correlation	.672*	.638*	.149	.965**	.512	1	.220	.176	.505	.320	.742*
	Sig. (2-tailed)	.033	.047	.682	.000	.131		.542	.626	.137	.367	.014
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P7	Pearson Correlation	.339	.393	.650*	.177	.394	.220	1	.721*	.478	.465	.709*
	Sig. (2-tailed)	.338	.262	.042	.624	.260	.542		.019	.162	.175	.022
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P8	Pearson Correlation	.408	.333	.716*	.151	.250	.176	.721*	1	.411	.396	.689*
	Sig. (2-tailed)	.242	.347	.020	.677	.487	.626	.019		.238	.257	.027
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P9	Pearson Correlation	.209	.438	.432	.367	.101	.505	.478	.411	1	.246	.597
	Sig. (2-tailed)	.562	.206	.213	.297	.781	.137	.162	.238		.493	.068
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
P10	Pearson Correlation	.196	.396	.405	.332	.886**	.320	.465	.396	.246	1	.688*
	Sig. (2-tailed)	.587	.257	.246	.349	.001	.367	.175	.257	.493		.028
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Total	Pearson Correlation	.666*	.671*	.637*	.729*	.693*	.742*	.709*	.689*	.597	.688*	1
	Sig. (2-tailed)	.035	.034	.048	.017	.026	.014	.022	.027	.068	.028	
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Uji Reability

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
61.60	370.489	19.248	11

**Inter-Item Correlation Matrix**

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total
P1	1.000	.238	.590	.697	.323	.672	.339	.408	.209	.196	.666
P2	.238	1.000	.009	.661	.403	.638	.393	.333	.438	.396	.671
P3	.590	.009	1.000	.154	.286	.149	.650	.716	.432	.405	.637
P4	.697	.661	.154	1.000	.530	.965	.177	.151	.367	.332	.729
P5	.323	.403	.286	.530	1.000	.512	.394	.250	.101	.886	.693
P6	.672	.638	.149	.965	.512	1.000	.220	.176	.505	.320	.742
P7	.339	.393	.650	.177	.394	.220	1.000	.721	.478	.465	.709
P8	.408	.333	.716	.151	.250	.176	.721	1.000	.411	.396	.689
P9	.209	.438	.432	.367	.101	.505	.478	.411	1.000	.246	.597
P10	.196	.396	.405	.332	.886	.320	.465	.396	.246	1.000	.688
Total	.666	.671	.637	.729	.693	.742	.709	.689	.597	.688	1.000

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	10	100.0

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.761	.903	11

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Umur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17-25 tahun	9	8.2	8.2	8.2
	26-35 tahun	76	69.1	69.1	77.3
	36-45 tahun	21	19.1	19.1	96.4
	46-55 tahun	4	3.6	3.6	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**Pekerjaan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	mahasiswa/pelajar	34	30.9	30.9	30.9
	karyawan	15	13.6	13.6	44.5
	wiraswata	23	20.9	20.9	65.5
	barista	5	4.5	4.5	70.0
	BUMD	1	.9	.9	70.9
	tenaga medis	3	2.7	2.7	73.6
	pengajar/guru	3	2.7	2.7	76.4
	belum bekerja	4	3.6	3.6	80.0
	pengacara	2	1.8	1.8	81.8
	teknisi	1	.9	.9	82.7
	pns	6	5.5	5.5	88.2
	kontraktor	1	.9	.9	89.1
	polri	1	.9	.9	90.0
	TNI AD	1	.9	.9	90.9
	marketing executive	1	.9	.9	91.8
	wirausaha	9	8.2	8.2	100.0
	Total	110	100.0	100.0	



**Komunitas**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	mafixed	28	25.5	25.5	25.5
	pasapeda_manggala	11	10.0	10.0	35.5
	NORC Makassar	10	9.1	9.1	44.5
	ISSI makassar	2	1.8	1.8	46.4
	Abc sidrap	2	1.8	1.8	48.2
	oxygen bike club	5	4.5	4.5	52.7
	pasapeda	1	.9	.9	53.6
	indirockbike	2	1.8	1.8	55.5
	pasapeda_coffe	11	10.0	10.0	65.5
	KOPHI sulsel	2	1.8	1.8	67.3
	pendaki indonesia	1	.9	.9	68.2
	panah (pasapeda anak hotel)	4	3.6	3.6	71.8
	JKS Makassar	3	2.7	2.7	74.5
	monster gear makassar	8	7.3	7.3	81.8
	komunitas sepeda lipat potere	1	.9	.9	82.7
	gowes squad	6	5.5	5.5	88.2
	massapeda kele	1	.9	.9	89.1
	kendari cycling club	4	3.6	3.6	92.7
	iwak balap cycling	1	.9	.9	93.6
	sepeda lipat makassar	7	6.4	6.4	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**Sejak kapan mulai rutin bersepeda**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid >3	110	100.0	100.0	100.0

**jenis sepeda yang digunakan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid sepeda lipat	47	42.7	42.7	42.7
sepeda fixie	23	20.9	20.9	63.6
sepeda MTB	31	28.2	28.2	91.8
rode bike	3	2.7	2.7	94.5
sepeda gunung	1	.9	.9	95.5
enduro/downhill	1	.9	.9	96.4
sepeda ontel	1	.9	.9	97.3
sepeda max	3	2.7	2.7	100.0
Total	110	100.0	100.0	

**apakah sepeda sudah difitting**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ya	71	64.5	64.5	64.5
tidak	39	35.5	35.5	100.0
Total	110	100.0	100.0	

**jarak terjauh yang pernah ditempuh**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid >10	110	100.0	100.0	100.0

**apakah anda melakukan pemanasan seleum bersepeda**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	17	15.5	15.5	15.5
	pernah	14	12.7	12.7	28.2
	kadang-kadang	41	37.3	37.3	65.5
	sering	24	21.8	21.8	87.3
	sering sekali	14	12.7	12.7	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda melakukan pendinginan setelah bersepeda**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	11	10.0	10.0	10.0
	pernah	9	8.2	8.2	18.2
	kadang-kadang	28	25.5	25.5	43.6
	sering	44	40.0	40.0	83.6
	sering sekali	18	16.4	16.4	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda pernah mengalami kram otot**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	26	23.6	23.6	23.6
	pernah	38	34.5	34.5	58.2
	kadang-kadang	22	20.0	20.0	78.2
	sering	19	17.3	17.3	95.5
	sering sekali	5	4.5	4.5	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda pernah mengalami nyeri sendi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	42	38.2	38.2	38.2
	pernah	24	21.8	21.8	60.0
	kadang-kadang	31	28.2	28.2	88.2
	sering	10	9.1	9.1	97.3
	sering sekali	3	2.7	2.7	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda pernah mengalami nyeri otot**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	21	19.1	19.1	19.1
	pernah	39	35.5	35.5	54.5
	kadang-kadang	30	27.3	27.3	81.8
	sering	16	14.5	14.5	96.4
	sering sekali	4	3.6	3.6	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda pernah mengalami kebas/kesemutan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	28	25.5	25.5	25.5
	pernah	34	30.9	30.9	56.4
	kadang-kadang	15	13.6	13.6	70.0
	sering	19	17.3	17.3	87.3
	sering sekali	14	12.7	12.7	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda pernah mengalami nyeri punggung bawah**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	33	30.0	30.0	30.0
	pernah	33	30.0	30.0	60.0
	kadang-kadang	16	14.5	14.5	74.5
	sering	23	20.9	20.9	95.5
	serijing sekali	5	4.5	4.5	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah anda pernah mengalami strain**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	70	63.6	63.6	63.6
	pernah	29	26.4	26.4	90.0
	kadang-kadang	10	9.1	9.1	99.1
	sering	1	.9	.9	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**apakah ketika mengalami cedera, dilakukan penanganan terkait cedera**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak pernah	40	36.4	36.4	36.4
	pernah	15	13.6	13.6	50.0
	kadang-kadang	27	24.5	24.5	74.5
	sering	21	19.1	19.1	93.6
	sering sekali	7	6.4	6.4	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

**Lampiran 8 Dokumentasi**



Sampel Penelitian

## Lampiran 9 Riwayat Hidup Peneliti

### RIWAYAT HIDUP PENELITI

Nama : Reski Pratiwi  
Jenis Kelamin : Perempuan  
No. Handphone : 081347850305  
Tempat / Tanggal lahir : Ujung Pandang, 11 Agustus 1998  
Agama : Islam  
Nama Ayah : Jamaluddin S, Sos.MM  
Nama Ibu : Rosnaini  
Alamat Daerah : -



### Riwayat Pendidikan

- TK Aisyah Makassar 2003 – 2004
  - SDN Inpres Antang 1 Makassar 2004 – 2010
  - SMPN 23 Makassar 2010 – 2013
  - SMAN 12 Makassar 2013 – 2016
  - Universitas Hasanuddin, Makassar 2016 – Sekarang
- Program S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan



### **Riwayat Organisasi**

No.	OC Musyawarah Besar Himafisio Unhas	Koordinator divisi pubdok	2017
1.	Panitia Consist Himafisio Unhas	Sekretaris	2017
2.	Panitia Bakti sosial Himafisio Unhas Kabupaten Wajo	Anggota Divisi Pubdok	2017
3.	Badan Pengurus Harian Himafisio Unhas	Anggota Kesekretariatan	2018-2019
4.	Bakti Sosial Himafisio Unhas Kabupaten Pangkep	Peserta	2019
5.	Badan Eksekutif Mahasiswa	Anggota departement minat dan bakat	2019