

## TINGKAT PENGETAHUAN PEMAIN FUTSAL TERHADAP PENGUNAAN ANESTESI SPRAY

Fadli<sup>1\*</sup>, Muhammad Purnama Reza<sup>2</sup>,  
Akademi Farmasi Yarsi Pontianak<sup>1</sup>

Email<sup>1</sup>: [fadliapoteker@yahoo.com](mailto:fadliapoteker@yahoo.com)  
Email<sup>2</sup>: [muhammadreza1132@gmail.com](mailto:muhammadreza1132@gmail.com)

### ABSTRAK

Futsal merupakan olahraga yang paling populer dan digemari oleh masyarakat Indonesia terutama laki-laki dari anak-anak, remaja, dan dewasa, olahraga futsal juga merupakan olahraga yang sering rawan cedera. Cedera yang menimbulkan rasa sakit, yang sering dialami oleh pemain futsal, kebanyakan terjadi pada tubuh bagian bawah yang meliputi lutut dan pergelangan kaki. Salah satu cara untuk mengurangi rasa sakit atau nyeri akibat cedera adalah dengan menggunakan semprotan anestesi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan pemain futsal di daerah hulu tentang penggunaan obat bius semprot. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan pengumpulan data. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebarakan secara offline dengan cara dibagikan langsung kepada responden dan menggunakan skala guttman. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 63 pemain futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Hasil Berdasarkan penelitian, seluruh tingkat pengetahuan pemain futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau tentang penggunaan obat bius semprot dari 10 pernyataan diperoleh kriteria cukup dengan rata-rata 74,13%. Berdasarkan penelitian ini dapat diketahui bahwa pengetahuan pemain futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau tentang penggunaan obat bius semprot sudah memiliki kategori pengetahuan baik.

**Kata kunci:** pemain futsal, pengetahuan dan anestesi spray

**ABSTRACT**

*Futsal is the most popular sport and favored by the people of Indonesia, especially boys from children, teenagers, and adults, futsal is also a sport that is often prone to injury. Painful injuries that are often experienced by futsal players, most often occur in the lower body which includes the knees and feet. One way to reduce pain or soreness from an injury is to use an anesthetic spray. The purpose of this study was to determine the level of knowledge of futsal players in the upstream area about the use of spray anesthetics. The research method used is this research method using descriptive methods and data collection. This research instrument uses a questionnaire that is distributed offline by distributing it directly to respondents and using the guttman scale. The sample used in this study were 63 futsal players in Meliau Hulu Village, Meliau District, Sanggau Regency. The sampling technique in this study used a saturated sampling technique. Results Based on the research, all levels of knowledge of futsal players in Meliau Hulu Village, Meliau District, Sanggau Regency about the use of spray anesthetics from 10 statements obtained sufficient criteria with an average of 74.13%. Based on this research, it can be seen that the knowledge of futsal players in Meliau Hulu Village, Meliau District, Sanggau Regency regarding the use of spray anesthetics already has a good knowledge category.*

**Keywords:** futsal players, knowledge and spray anesthesia

## PENDAHULUAN

Salah satu yang sering memperoleh anestesi adalah para olahragawan, contohnya pemain futsal. Futsal merupakan olahraga yang paling populer dan digemari oleh masyarakat Indonesia terutama laki-laki dari anak-anak, remaja, dan dewasa. Hal tersebut terbukti dari kenyataan yang ada di masyarakat baik di perkotaan maupun di perdesaan lebih banyak menggemari olahraga futsal dibanding dengan yang lainnya. Selain itu di sekolah-sekolah dari mulai SMP, SMA sampai ke universitas olahraga futsal sangat berkembang pesat. Semua ini dilihat dari banyaknya kejuaraan futsal yang sering digelar di kota-kota (Asbanu Riki, 2018)

Olahraga futsal merupakan pengganti olahraga sepak bola yang sering terjadi body contact dan rawan akan cedera. Kaki merupakan salah satu bagian tubuh mulai dari pergelangan kaki sampai jari-jari kaki yang dilengkapi dengan jaringan lunak seperti tendon yang juga merupakan bantalan untuk menahan berat tubuh saat menekan pada daerah tersebut. Fungsi utama kaki salah satunya menahan berat atau beban sehingga

telapak kaki, jari-jari kaki, serta tumit yang sering mengalami gangguan. Nyeri pada tumit kaki pada pemain futsal diakibatkan karena pemakaian sepatu yang tidak sesuai atau kesempitan serta berlari secara berlebihan (Goff, 2011). Calcaneal apophysitis atau biasa yang disebut sebagai nyeri tumit disebabkan oleh aktivitas fisik yang melibatkan tumbukan atau gesekan terus menerus pada kaki. Rasa nyeri yang amat hebat serta kuat sehingga dapat menyebabkan penderita menjadi pincang, pembengkakan dilokasi yang nyeri dan sakit bila disentuh (Fondy, 2016).

Cedera yang sering dialami oleh pemain futsal sebagian besar terjadi pada tubuh bagian bawah yang meliputi lutut dan ankle. Cedera yang dialami oleh pemain futsal menunjukkan paling tinggi pada bagian tubuh bagian bawah 47.18%, cedera pada bagian tubuh bagian atas 19.01%, cedera pada bagian togok 18.31%, dan pada bagian kepala sebanyak 15.49% (Wahyu 2013: 78). Sebuah Hasil riset resiko cedera bermain sepak bola di Piala Dunia Futsal terdiagnosis cedera yang paling sering terjadi pada bagian kaki bawah yaitu cedera pada keseleo

pada pergelangan kaki (ankle sprain) 9.7%, dan ketegangan pada selangkangan (groin strain) 7.9%. Namun pada kenyataannya, di kalangan pemain atau atlet futsal yang bermain futsal masih belum memiliki tingkat pengetahuan yang tepat tentang penanganan cedera dan penanganannya melalui terapi. Data ini didukung oleh penelitian serupa mengenai tingkat pengetahuan tentang cedera yang dilakukan sebelumnya oleh Bimantoro Nugroho di Universitas Negeri Yogyakarta dengan hasil tingkat pengetahuan mengenai terapi latihan responden masih dalam kategori kurang (56,7%) (Nugroho.B 2016).

Penanganan cedera menggunakan anestesi spray pada cedera olahraga ringan pada orang dewasa, remaja, dan anak kecil diatas umur 3 tahun, semprot pada area yang cedera pada jarak 8 cm sampai 25 cm apabila menggunakan botol amber (amber bottle) semprotkan selama selama 3 sampai 7 detik dan apabila menggunakan kaleng aerosol semprotkan selama 4 sampai 10 detik. Semprotkan hingga area kulit berwarna putih serta hindari pembekuan kulit (Anonim 2018). Dan

efek samping dari penggunaan anestesi spray adalah kesulitan bernapas, pusing yang parah, gatal-gatal, bintil merah pada kulit, melambatnya penyembuhan luka, infeksi pada area terkait, sakit seperti kulit yang mengelupas (Anonim, 2018)

Edukasi kesehatan mengenai cedera ankle dan terapi latihannya penting agar pemain futsal bisa memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai penanganan cedera dan proses penyembuhannya, serta bisa diaplikasikan ketika mengalami cedera. Sendi ankle yang cedera hendaknya diberikan terapi latihan karena bila tidak dilakukan, kekuatan sendi tersebut tidak akan mendekati 100%. Walker mengungkapkan bahwa pemulihan sendi ankle yang tidak mendapatkan terapi latihan mencapai 100% pemulihan sendi ankle tidak akan mencapai 100% serta risiko kambuh menjadi tinggi, sedangkan apabila diberikan terapi latihan mencapai 100%, pemulihan sendi ankle dapat mencapai 100% serta risiko kambuh berkurang (Walker.B 2005)

Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu adanya pengkajian yang lebih mendalam tentang tingkat

pengetahuan pemain futsal di daerah meliau hulu terhadap penggunaan anestesi spray.

## METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Menurut (Resseffendi, 2010) penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggunakan observasi, wawancara atau kuesioner tentang keadaan terkini dari subjek yang sedang kita teliti. Melalui kuesioner dan sebagainya kami mengumpulkan data untuk menguji hipotesis atau menjawab suatu pertanyaan. Melalui penelitian deskriptif ini, peneliti akan menjelaskan apa yang sebenarnya terjadi tentang situasi yang diteliti.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari – Februari 2022. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Meliau Hulu, Kecamatan Meliau, Kabupaten Sanggau. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau yang memiliki 2 klub futsal yang berjumlah 63 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh karena seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik

pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner (kuesioner) yang dibagikan langsung kepada responden.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi dan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel.

## HASIL

Karakteristik responden dibagi menjadi beberapa kelompok yaitu kelompok umur dan kelompok pekerjaan.

### A. Berdasarkan Umur

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan umur, 63 responden Pemain Futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau dapat dilihat pada tabel 1. yang telah disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No	Umur	Frekuensi	Presentase (%)
1.	19 Tahun	7	11.1
2.	20 Tahun	7	11.1
3.	21 Tahun	3	4.8
4.	22 Tahun	17	27.0
5.	23 Tahun	7	11.1
6.	24 Tahun	11	17.5
7.	25 Tahun	6	9.5
8.	26 Tahun	3	4.8
9.	27 Tahun	2	3.2
TOTAL		63	100

Berdasarkan Tabel 1. diatas dapat diketahui bahwa dari 63 responden Pemain Futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau usia responden terbanyak adalah 22 tahun yaitu 17 orang (27,0%).

### B. Berdasarkan Pekerjaan

Dari hasil penelitian berdasarkan pekerjaan terdapat 63 responden. Penyajian data pekerjaan dibagi menjadi 3 yaitu mahasiswa, pegawai swasta dan petani kelapa sawit, yang dapat dilihat pada tabel 2. yang telah disajikan sebagai berikut:

Tabel 2. Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Pelajar	38	60.3%
2.	Karyawan Swasta	8	12.7%
3.	Petani Sawit	17	27.0%
TOTAL		63	100%

Berdasarkan Tabel 2. di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar pekerjaan responden adalah mahasiswa yaitu 38 responden (60,3%), kemudian petani kelapa sawit sebanyak 17 responden (27,0%), dan pegawai swasta sebanyak 8 responden. responden (12,7%).

## INDIKATOR HASIL PERNYATAAN KUESIONER PENGETAHUAN

Berdasarkan hasil indikator terdapat 10 pernyataan positif. Jika pertanyaannya positif, skornya adalah 1 untuk jawaban yang benar, 0 untuk jawaban yang salah.

### A. Tahu

Pada indikator tahu terdapat 7 pernyataan yaitu pernyataan bernomor 1,2,3,4,5,6 dan 7. Berdasarkan hasil penelitian pada indikator tahu terdapat 63 responden masyarakat yang menjawab pernyataan angket yang dapat disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Jawaban Responden dengan Indikator Tahu

Indikator Tahu	Seluruh Sampel (63 Orang)	
	Ya	Tidak
Pernyataan 1	100	0
Pernyataan 2	98,4	1,6
Pernyataan 3	98,4	1,6
Pernyataan 4	79,4	20,6
Pernyataan 5	36,5	63,5
Pernyataan 6	36,5	63,5
Pernyataan 7	41,3	58,7

Pernyataan positif, dimana apabila responden menjawab alternatif jawaban yang benar dalam kuesioner, maka responden tersebut dinyatakan telah menjawab dengan benar dan diberi nilai 1.

Dari data pernyataan 1 terlihat bahwa dari 63 responden terdapat 63

orang yang menjawab benar dengan persentase 100% dan 0 orang yang menjawab salah dengan persentase 0%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori tingkat pengetahuan baik menurut (Arikunto, 2013) yaitu 76-100%. Pernyataan 1 dikatakan positif karena semprotan anestesi mengandung etil klorida (etil klorida), juga dikenal sebagai kloroetana dan monokloroetana. Semprotan etil klorida disemprotkan ke bagian tubuh yang sakit untuk mengurangi rasa sakit dan menguap dengan cepat sehingga dapat menyebabkan anestesi melalui efek pendinginan. Semprotan etil klorida bekerja dalam 30 detik dan tidak mahal (Christopher, 2017)

Dari data pada pernyataan 2 terlihat bahwa dari 63 responden terdapat 62 orang yang menjawab benar dengan persentase 98,4% dan 1 orang menjawab salah dengan persentase 1,6%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori tingkat pengetahuan baik menurut (Arikunto, 2013) yaitu 76-100%. Pernyataan 2 juga dikatakan positif karena jika semprotan anestesi mengenai mata maka mata akan mengalami iritasi dan dapat menjadi

buta (Christopher, 2017).

Dari data pernyataan 3 terlihat bahwa dari 63 responden terdapat 62 orang yang menjawab benar dengan persentase 98,4% dan 1 orang menjawab salah dengan persentase 1,6%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori tingkat pengetahuan baik menurut (Arikunto, 2013) yaitu 76-100%. Pernyataan 3 juga dikatakan positif karena semprotan Etil klorida disemprotkan pada bagian tubuh yang terkena dampak untuk mengurangi rasa sakit dan menguap dengan cepat sehingga dapat menimbulkan anestesi melalui efek pendinginan. Semprotan etil klorida bekerja dalam waktu 30 detik dan murah (Christopher, 2017) jika semprotan anestesi disemprotkan ke area yang tidak terluka atau sakit, mereka hanya akan mendapatkan sensasi dingin.

Dari data pada pernyataan 4 terlihat bahwa dari 63 responden terdapat 50 orang yang menjawab benar dengan persentase 79,4% dan 13 orang menjawab salah dengan persentase 20,6%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori tingkat pengetahuan baik menurut (Arikunto, 2013) yaitu

76-100%. Pernyataan 4 juga dikatakan positif karena kontraindikasi semprotan anestesi tidak diterapkan pada kulit atau selaput lendir yang rusak (Arikunto, 2018).

Dari data pernyataan 5 terlihat bahwa dari 63 responden terdapat 23 orang yang menjawab benar dengan persentase 36,5% dan 40 orang menjawab salah dengan persentase 63,5%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori kurang pengetahuan menurut (Arikunto, 2013) yaitu 55%. Pernyataan 5 juga dikatakan positif karena efek samping penggunaan semprotan anestesi yang jarang terjadi namun dianggap serius yaitu penyembuhan luka yang lambat, infeksi pada area yang bersangkutan, nyeri seperti kulit mengelupas dan perubahan warna kulit yang berkepanjangan (Anonim, 2018).

Dari data pada pernyataan 6 terlihat bahwa dari 63 responden terdapat 23 orang yang menjawab benar dengan persentase 36,5% dan 40 orang menjawab salah dengan persentase 63,5%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori kurang pengetahuan menurut (Arikunto, 2013) yaitu 55%.

Pernyataan 5 juga dikatakan positif karena semprotan anestesi mengandung senyawa yang disebut etil klorida dimana senyawa etil klorida itu sendiri merupakan senyawa yang mudah terbakar (Anonim, 2018).

Dari data pernyataan 7 terlihat bahwa dari 63 responden, 26 orang menjawab benar dengan persentase 41,3% dan 37 orang menjawab salah dengan persentase 58,7%. Persentase hasil yang diperoleh dikategorikan ke dalam kategori kurang pengetahuan menurut (Arikunto, 2013) yaitu 55%. Pernyataan 5 juga positif karena kemungkinan efek alergi setelah penggunaan semprotan anestesi, yaitu kesulitan bernapas, pusing parah, gatal-gatal, benjolan merah pada kulit, gatal atau bengkak, terutama pada wajah, lidah, atau tenggorokan. (Anonim, 2018)

## **B. Memahami**

Pada indikator memahami terdapat 3 pernyataan yaitu pernyataan bernomor 8, 9 dan 10. Berdasarkan hasil penelitian indikator pada memahami, terdapat 63 responden masyarakat yang menjawab pernyataan angket yang dapat disajikan pada tabel berikut:



Tabel 4. Distribusi Jawaban Responden dengan Indikator Memahami

Indikator memahami	Seluruh sampel	
	%	
	Ya	Tidak
Pernyataan 8	60,3	39,7
Pernyataan 9	96,8	3,2
Pernyataan 10	93,7	6,3

Pernyataan positif, yang mana jika responden menjawab alternatif jawaban benar pada kuesioner maka responden dinyatakan menjawab dengan benar dan diberi nilai 1.

Dari data diatas dapat dilihat dari 63 responden pada pernyataan 8 terdapat 38 orang yang menjawab benar dengan presentase 60,3% dan 25 orang yang menjawab salah dengan presentase 39,7%. Hasil persentase yang didapat dikategorikan kedalam kategori tingkat pengetahuan cukup menurut (Arikunto, 2013) yaitu 56-75%. Pernyataan 8 juga dikatakan positif karena Etil klorida dikenal bersifat toksik terhadap hepar dan ginjal, oleh karenanya penggunaan jangka panjang diduga dapat menyebabkan kerusakan hepar atau ginjal (Anonim, 2018)

Dari data diatas dapat dilihat dari 63 responden pada pernyataan 9 terdapat 61 orang yang menjawab benar dengan presentase 96,8% dan 2 orang yang menjawab salah dengan

presentase 3,2%. Hasil persentase yang didapat dikategorikan kedalam kategori tingkat pengetahuan baik menurut (Arikunto, 2013) yaitu 76-100%. Pernyataan 9 juga dikatakan positif karena kontraindikasi pada anestesi spray adalah hipersensitifitas; porfiria, ibu hamil, anak-anak di bawah 3 tahun, penyakit ginjal, bayi, dan ibu menyusui (Anonim, 2018)

Dari data diatas dapat dilihat dari 63 responden pada pernyataan 10 terdapat 59 orang yang menjawab benar dengan presentase 93,7% dan 4 orang yang menjawab salah dengan presentase 6,3%. Hasil persentase yang didapat dikategorikan kedalam kategori tingkat pengetahuan baik menurut (Arikunto, 2013) yaitu 76-100%. Pernyataan 10 juga dikatakan positif karena jarak penyemprotan anestesi spary berkisar 30 cm dari permukaan kulit hingga menghasilkan film putih yang halus (Anonim, 2018)

**DISTRIBUSI FREKUENSI TINGKAT PENGETAHUAN PEMAIN FUTSAL TERHADAP PENGGUNAAN ANESTESI SPRAY DI DESA MELIAU HULU KECAMATAN MELIAU KABUPATEN SANGGAU**

Berdasarkan hasil penelitian dari 10 pernyataan kuesioner yang diisi secara langsung dengan cara memberikan kuesioner kepada responden.

Responden telah mengisi 10 pernyataan yang dimana sebanyak 63 orang responden dari pemain futsal di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau. Adapun 10 pernyataan tersebut termasuk dalam 2 indikator pengetahuan, yaitu :

Tabel 5. Distribusi Sebaran Indikator Kuesioner Pengetahuan

Indikator	Pernyataan
Tahu	P1,P2,P3,P4,P5,P6 dan P7
Memahami	P8,P9 dan P10

Berdasarkan hasil data dari indikator yang berisi 10 pernyataan dimana tingkat pengetahuan pemain futsal dapat diukur dalam pernyataan dalam kategori menurut Arikunto (2013) adalah Pengetahuan Baik (76 - 100%), Pengetahuan Cukup (56% - 75%) dan Pengetahuan Kurang ( $\leq 55$ ).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pemain Futsal Terhadap Penggunaan Anestesi Spray di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau

No.	Jumlah Orang (63)	Persentase (%)	Kategori		
			Baik	Cukup	Kurang
P1	63	100	√		
P2	62	98,4	√		
P3	62	98,4	√		
P4	50	79,4	√		
P5	23	36,5			√
P6	23	36,5			√
P7	26	41,3			√

P8	38	60,3	√
P9	61	96,8	√
P10	59	93,7	√

Berdasarkan pada tabel di atas dapat dilihat untuk indikator tahu yaitu pada pernyataan P1,P2,P3,P4,P5,P6 dan P7 memiliki kategori pengetahuan yang baik sebanyak 4 pernyataan yaitu pada pernyataan P1 (100%), P2 (98,4%), P3 (98,4%) dan P4 (79,4%), sedangkan untuk kategori pengetahuan yang kurang sebanyak 3 pernyataan yaitu pada pernyataan P5 (36,5%), P6 (36,5%) dan P7 (41,3%) dari 7 pernyataan diatas didapatkan kriteria pengetahuan yang cukup dengan rata-rata 70,0 menurut (Arikunto, 2013) adalah Pengetahuan Baik (76 - 100%), Pengetahuan Cukup (56% - 75%) dan Pengetahuan Kurang ( $\leq 55$ ).

Untuk indikator memahami yaitu pada pernyataan P8, P9 dan P10 memiliki kategori pengetahuan yang cukup sebanyak 1 pernyataan yaitu pada pernyataan P8 (60,3%), sedangkan untuk kategori pengetahuan yang baik sebanyak 2 pernyataan yaitu pada pernyataan P9 (96,8%) dan P10 (93,7%) dari 3 pernyataan diatas didapatkan kriteria pengetahuan yang baik dengan rata-rata 83,6 menurut (Arikunto, 2013)

adalah Pengetahuan Baik (76 - 100%), Pengetahuan Cukup (56% - 75%) dan Pengetahuan Kurang ( $\leq 55$ ).

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian seluruh tingkat pengetahuan Pemain Futsal Terhadap Penggunaan Anestesi Spray di Desa Meliau Hulu Kecamatan Meliau Kabupaten Sanggau dari 10 indikator pernyataan mendapatkan kriteria pengetahuan cukup dengan rata-rata 74,13%.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Fadli., S.Farm., Apt. MM, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dalam penyelesaian karya ilmiah ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Anonim. 2018. Drug Information Provided By Gold Standard: Elsevier. Gebauers Ethyl Chloride: Ethyl Chloride.
- Anonim. Diakses 2020. Mims Indonesia. Ethyl Chloride.
- Arikunto, S,(2013), Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik.Jakarta Rineka Cipta.

Asbanu Riki, Kaswari, dan Triansyah Andika. 2018. Pengaruh Metode Bermain Terhadap Hasil Passing Bola Futsal Pada Ekstrakurikuler Smpn 3 Pontianak. Vol 7. No. 4. Hal: 3.

Budenz AW. Local anesthetics in dentistry: then and now. J Calif Dent Assoc. 2003; 31(5): 388-96.

Christopher D, Schraga ED. Topical Anesthesia. [http://reference.medscape.com/article/109673./](http://reference.medscape.com/article/109673/) (Februari 20.2017).

Fondy. T. (2016). Sport Massage Panduan Praktis Merawat dan Mereposisi Cedera Tubuh. PT Gramedia Pustaka Utama. Anggota IKAPI, Jakarta, 2016.

Goff, J.D., DO, Crawford, R. (2011). Diagnosis and Treatment of Plantar Fasciitis. American Family Physician, 84 (6), 677-682.

Haas DA. An update on local anesthetics in dentistry. Journal of Canadian Dental Assoc. 2002; 68(9): 546-51

Malamed SF. Handbook of local anesthesia. 6 th ed., Missouri: Elsevier Mosby, 2012: 292-326

Murhananto. 2008. Dasar-Dasar Permainan Futsal. Jakarta: Kawan Pustaka.

Masturoh & Anggita, 2018. METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN. Bangun Asma Dormanto,

- S.Des. diakses pada 31 Januari 2021 21.00 WIB
- Mc Donald RE, Avery DR, Dean JA. Dentistry for the child and adolescent. 9 th ed., Indiana: Elsevier Mosby, 2011: 241-51
- Nugroho B. Tingkat pengetahuan atlet tentang cedera ankle dan terapi latihan di Persatuan Sepak Bola Telaga Utama [Skripsi]. Yogyakarta: FIK UNY; 2016.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pamungkas, A.A dan Fakhrurrozi, M (2010). Persepsi Cedera Terhadap Kepercayaan Diri Atlet Tae Kwon Do Wanita. Jurnal Psikologi, Vol.3, No.2, Juni 2010.
- Putra Fadlil. (2011). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi. Di akses dari pada tanggal 31 Januari 2021, Jam 21.00 WIB
- Rahayu, Kurni. 2010. Perpajakan Indonesia. Yogyakarta : Graha Pustaka Sahda Halim. 2009. 1 Hari Pintar Main Futsal. Yogyakarta: Media Presindo.
- Walker, Brad. The sports injury handbook. Queensland: Walkerbout Healthy Pty Ltd; 2005.
- Wibowo, Hardanto. (1994). Pencegahan dan Penata laksanaan Cedera Olahraga. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Welbury R, Duggal M, Hosey M.T. Paediatric Dentistry. 3rd ed, New York: Oxford University Press, 2005: 94-115
- Yuliana, E. (2017). Analisis Pengetahuan Siswa Tentang Makanan yang Sehat dan Bergizi Terhadap Pemilihan Jajanan di Sekolah.