

# PELATIHAN MASASE CEDERA OLAHRAGA (TERAPI MASASE FRIRAGE) UNTUK GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN SE KABUPATEN KULONPROGO

Oleh: Dr. Ali Satia Graha, M.Kes., AIFO Sb. Pranatahadi, M.Kes Danardono, M.Or

## ABSTRAK

Pelaksanaan PPM dengan Judul Pelatihan Masase Cedera Olahraga (Terapi Masase *Frirage*) Untuk Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Se Kabupaten Kulonprogo, bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru-guru Penjasorkes dalam hal masase cedera. Diharapkan guru-guru Penjasorkes dapat melaksanakan masase cedera jika ada siswa yang mengalami kecelakaan dan cedera ketika mengikuti pelajaran, sehingga cepat sembuh tidak justru menjadi parah.

Pelaksanaan pelatihan dilaksanakan di gedung perkuliahan PGSD FIK UNY (Wates, Kulonprogo) pada hari Jumat, Sabtu dan Minggu tanggal 7-9 Oktober 2016 dengan peserta guru sekolah dasar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan se kabupaten kulonprogo.

Pelaksanaan diikuti oleh 30 peserta. Materi pelatihannya adalah teori anatomi dan fisiologi, teori dan praktek masase alat gerak atas yang meliputi cedera pergelangan tangan, cedera siku dan dan cedera bahu. Selain itu juga teori dan praktek masase cedera untuk alat gerak bawah yaitu cedera jari kaki, pergelangan kaki, lutut. Dari 30 peserta ada peserta yang belum lulus dalam melaksanakan masase. Peserta diberikan surat keterangan mengikuti pelatihan masase cedera, bukan sertifikat karena jam tatap muka kurang jika untuk mendapatkan sertifikat.

Kata Kunci: *Pelatihan cedera*