



FREKUENSI DAN JENIS CEDERA PADA ATLET GULAT: STUDI KASUS ATLET GULAT SMAN OLAHRAGA SIDOARJO

Zaenal Mukminin, Mohammad Faruk

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

zaenal.18101@mhs.unesa.ac.id

Dikirim: 09-12-2025; Direview: 01-01-2025; Diterima: 05-01-2025;

Diterbitkan: 14-01-2025

Abstrak

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk diketahuinya faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya cedera dengan frekuensi dan jenis cedera yang terjadi pada atlet gulat di SMAN Olahraga Sidoarjo. Diharapkan adanya suatu solusi yang dapat mengatasi permasalahan tersebut, sehingga atlet gulat dapat terus berprestasi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dilakukan dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara. Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah atlet gulat dari SMAN Olahraga Sidoarjo. Berdasarkan hasil penelitian, adanya hubungan antara faktor terjadinya cedera dengan frekuensi dan jenis cedera yang terjadi pada atlet gulat di SMAN Olahraga Sidoarjo. Hasil dari penelitian ini adalah Pada jenis cedera kuping kembang kol dengan kondisi baik memiliki presentase 75% atau dalam kategori cukup baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 25% atau dalam kategori kurang baik. Pada jenis cedera kesleo/sprain dengan kondisi baik memiliki presentase 70% atau dalam kategori cukup baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 15% atau dalam kategori tidak baik. Pada jenis cedera strain/otot dengan kondisi baik memiliki presentase 20% atau dalam kategori kurang baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 5% atau dalam kategori tidak baik. Pada jenis cedera patah tulang dengan kondisi baik memiliki presentase 0% atau dalam kategori tidak baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 0% atau dalam kategori tidak baik. Pada jenis cedera pendarahan dengan kondisi baik memiliki presentase 40% atau dalam kategori kurang baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 10% atau dalam kategori tidak baik. Pada jenis cedera dislokasi dengan kondisi baik memiliki presentase 45% atau dalam kategori kurang baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 35% atau dalam kategori kurang baik.

Kata Kunci : Atlet, Gulat, Cedera

Abstract

This research was conducted with the aim of finding out the factors that influence the occurrence of injuries and the frequency and types of injuries that occur in wrestling athletes at Sidoarjo Sports High School. It is hoped that there will be a solution that can overcome this problem, so that wrestling athletes can continue to excel. This research uses a qualitative method with a case study approach using population and sample of this research were wrestling athletes from SMAN Sport Sidoarjo. Based on the research results, there is a relationship between the factors that cause injuries and the frequency and types of injuries that occur in wrestling athletes at SMAN Sport Sidoarjo. The result of this research for this type of bruise injury in good condition have a percentage 75% or in the quite good category, while bad condition have a percentage 25% or in the poor category. In this type of injury, sprain in good condition have a percentage of 70% or in the quite good category, while poor condition have percentage of 15% or in the not good category. In this type of injury, strains/muscles in good condition have a percentage 20% or in the poor category, while bad conditions have percentage 5% or in the not good category. In this type of injury, fractures in good condition have a percentage 0% or in the not good category, while bad conditions have a percentage 0% or in the not good category. In this type of injury, bleeding in good condition has a percentage of 40% or in the poor category, while bad condition have percentage of 10% or in the not good category. In this type of injury, dislocations in good condition have a percentage of 45% or in the poor category, while bad condition have a percentage 35% or in the poor category.

Keywords: Athlete, Wrestling, Injury

PENDAHULUAN

Penelitian bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya cedera dengan frekuensi dan jenis cedera yang terjadi pada atlet gulat di SMAN Olahraga Sidoarjo. Diharapkan adanya suatu solusi yang dapat mengatasi permasalahan tersebut, sehingga atlet gulat dapat terus berprestasi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dilakukan dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara. Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah atlet gulat dari SMAN Olahraga Sidoarjo

Sebelum membahas lebih mendalam mengenai cedera kita bahas terlebih dahulu tentang olahraga. Olahraga merupakan aktivitas yang dilakukan oleh individu, kelompok dengan tujuan terbentuknya kebugaran jasmani. Setiap orang melakukann olahraga dengan tujuan kesehatan, semua kalangan melakukann olahraga tanpa memandang suatu golongan individu. olahraga melibatkan perpindahan lokasi satu ke lokasi yang lain. Kemudian olahraga juga dapat diartikan sebagai olah lapangan atau kegiatan lapangan seperti berburu dan menembak yang biasanya dilakukan oleh para bangsawan di jaman dulu. Kata lelah ketika melakukann olahraga biasanya diartikan sebagai bentuk sportivitas. Banyak individu yang merasakan sebuah kesenangan ketika melakukann olahraga hingga banyak orang menjadikannya sebagian dari hidup atau hobi yang bahkan sering dilakukan hampir setiap hari bagi kebanyakan orang. (Kusmaedi, 2014: 01).

Olahraga didefinisikan sebagai aktivitas yang menyehatkan tubuh seseorang serta sebagai sarana kompetensi dalam mencari bakat seseorang dibidang olahraga. Lebih lanjut, olahraga sendiri terdapat beberapa jenis yang dapat digunakan sebagai sarana strategi berbeda dengan kegiatan sehari-hari meskipun melibatkan fisik tetapi aktivitas sehari-hari tidak membutuhkan strategi dalam melakukann kegiatan. Menurut Giriwijoyo, olahraga kegiatan yang teratur dan tersistematis sehingga dilakukan secara sadar dan memiliki tujuan untuk meningkatkan fungsional. Olahraga juga dapat melatih tubuh secara jasmani dan rohani agar menjadi lebih baik dan tidak mudah terserang oleh penyakit atau gangguan yang berkaitan dengan kesehatan. Olahraga sebagai bentuk dari gaya hidup sehat wajib dilakukan karena memberikan efek positif tidak hanya pada fisik tetapi pada mental, mempertahankan perilaku yang baik dengan berolahraga dapat mencapai tujuan hidup yang baik dan sehat. (Seno Gumira Adjidarma,2019:24)

Gulat merupakan olahraga beladiri yang dilakukan oleh dua orang disebut sebagai pegulat dilakukan

dengan saling berhadapan dan menggunakan teknik, secara terstruktur, dan fisik menjatuhkan lawan dilakukan dengan menarik, mendorong, membanting, dan menjegal agar posisi kedua bahu dari pihak lawan menempel di matras, sehingga lawan dapat dikalahkan atau biasanya dikenal dengan istilah touche atau pegulat yang dikalahkan. Kemudian gulat sendiri menggunakan tenaga dalam sehingga mengandung perkelahian, pertarungan untuk memenangkan pertandingan. (Ryan Bayu Kristanto, 2018)

Dalam mempersiapkan semua itu, pegulat membutuhkan latihan yang dipandu oleh pelatih, dilakukan dengan senantiasa menjaga kondisi fisik agar terus fit dan baik menjelang pertandingan. Melakukan berbagai macam latihan yang bertujuan mengasah teknik dan kekuatan yang dimiliki dalam dirinya hingga mengatasi sebuah kelemahan yang dimiliki dengan pelatih. Menurut Suharno, H.P terdapat setidaknya 4 (empat) elemen yang menjadi pendukung kegiatan pelatihan dan kondisi unggul, yaitu:

1. Kondisi fisik, bertujuan kemampuan yang dimiliki oleh atlet meningkat pada kondisi puncak yang berguna untuk melakukann aktivitas olahraga sehingga dapat mencapai prestasi yang ditargetkan.
2. Mental, sebagai daya penggerak dan pendorong agar dapat dijalannya kemampuan fisik, teknik, dan taktik pada saat dilakukannya olahraga.
3. Teknik, suatau teknik baik gerakan dan pembuktian pada saat praktek dengan baik dan maksimal sesuai dengan cabang olahraga.
4. Taktik, bertujuan adanya suatu strategi yang disusun dan digunakan pada saat pertandingan untuk mendapatkan kejuaraan atau kemenangan secara adil dan sportif.(Kristanton,2018)

Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui, diperlukannya program latihan olahraga yang dirancang oleh pelatih agar kondisi fisik yang dimiliki oleh pegulat dapat baik. Pelatihan tersebut dapat dilakukan dengan berbagai jenis kegiatan olahraga, aktivitas fisik, dan kegiatan sehari-hari. Dengan kondisi fisik yang prima serta mental kuat dapat menjadi modal pegulat dapat berprestasi.

Gulat merupakan salah satu jenis olahraga yang memiliki risiko tinggi terjadinya cedera. Cedera tersebut tidak hanya dapat terjadi pada saat pertandingan berlangsung tetapi dapat terjadi pada saat dilakukannya aktivitas olahraga yang merupakan bagian dari pelatihan. Menurut WHO, cedera merupakan kondisi kerusakan fisik ketika manusia mengalami penurunan enegeri dalam jumlah yang melebihi ambang batas toleransi. Cedera olahraga

sendiri terjadi saat melakukann kegiatan olahraga dan cedera sendiri salah satu konsekuensi bagi seseorang dan tidak mengenal tempat terjadinya cedera. Cedera olahraga sendiri memberikan dampak secara faktor intrinsik dan ekstrinsik karena cedera olahraga dapat terjadi ketika dilakukan latihan, pertandingan, dan setelah dilakukannya pertandingan atau latihan. Cedera terjadi disebabkan atlet kurang menjaga dan memperhatikan tubuhkan sehingga dapat menyebabkan cedera pada otot atau rangkanya. (Sulaiman, 2020)

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini, yakni kualitatif bertujuan untuk menganalisis dan mendeskripsikan terkait faktor yang mempengaruhi cedera dengan frekuensi dan jenis cedera pada atlet gulat. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo yang berjumlah 20 orang (10 putra dan 10 putri). Penelitian ini dilaksanagn SMAN Olahraga Sidoarjo, pada Oktober 2024. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara. Teknik analisis data, data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis kualitatif, teknik analisis ini untuk menggambarkan frekuensi dan cedera atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo.

Tabel 1: Standar Presentase cedera atlet gulat

No	Presentase %	Kategori
1.	81-100	Sangat baik
2.	61-80	Cukupbaik
3.	41-60	Baik
4.	21-40	Kurang baik
5.	0-20	Tidakbaik

Analisa data dalam penelitian kualitatif terbagi dalam tiga alur kegiatan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, maka analisis data dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Tahap Reduksi

Data Reduksi data dapat diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan yang tertulis di lapangan. Kegiatan yang dilakukan peneliti pada tahap ini adalah memilih data yang relevan dengan tujuan penelitian, meringkas, dan selanjutnya mengelompokkan sesuai tema-tema data yang ada.

2. Tahap Penyajian Data

Penyajian data berisi sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data dalam penelitian ini adalah bentuk teks naratif untuk hasil observasi dan wawancara. Pemilihan bentuk penyajian data ini didasarkan pada pertimbangan bahwa dalam penelitian ini, antara data satu dengan yang lain saling berkaitan, tidak terlepas dari konteks latar belakangnya. Penyajian data dalam bentuk teks naratif terbagi dalam dua bentuk, yaitu penyajian data lengkap (dimasukkan dalam lampiran), dan penyajian data dalam bentuk tema-tema singkat yang langsung diikuti dengan analisis tiap tema.

3. Tahap Penarikan Kesimpulan (Verifikasi)

Penarikan kesimpulan dilakukan setelah membandingkan tujuan penelitian dan hasil dengan teori-teori relevan yang mendasari masalah modifikasi alat-alat olahraga sehingga dapat diambil kesimpulan akhir, bagaimana kreativitas guru dalam menciptakan modifikasi alat-alat olahraga untuk pembelajaran

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dilaksanakan pada atlet cabang olahraga gulat SMA Negeri Olahraga Sidoarjo dan pengambilan data dilakukan pada tanggal 4 Oktober 2024 di lapangan SMA Negeri Olahraga. Subjek dalam penelitian ini adalah atlet cabang olahraga gulat yang berjumlah 20 orang dengan rincian 10 putra dan 10 putri. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan satu kali pada sore hari tanggal 4 oktober 2024.

analisis data tentang frekuensi dan jenis cedera atlet gulat: studi kasus atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo diperoleh hasil sebagai berikut.

No	JenisCedera	Jumlah	Kondisi		Presentase %	
			Baik	Buruk	Baik	Buruk
	Kuping kembang kol	20	15	5	75 %	25 %
	Kesleo/sprain	17	14	3	70 %	15 %
	Strain/otot	5	4	1	20 %	5%
	PatahTulang	0	0	0	0 %	0%

Pendarahan	18	8	2	40%	10%
Dislokasi	16	9	7	45%	35%

Rincian kondisi masing-masing cedera atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo sesuai tabel tersebut sebagai berikut:

- Pada jenis cedera kuping kembang kol dengan kondisi baik memiliki presentase 75% atau dalam kategori cukup baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 25% atau dalam kategori kurang baik.
- Pada jenis cedera kesleo/sprain dengan kondisi baik memiliki presentase 70% atau dalam kategori cukup baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 15% atau dalam kategori tidak baik.
- Pada jenis cedera strain/otot dengan kondisi baik memiliki presentase 20% atau dalam kategori kurang baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 5% atau dalam kategori tidak baik.
- Pada jenis cedera patah tulang dengan kondisi baik memiliki presentase 0% atau dalam kategori tidak baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 0% atau dalam kategori tidak baik.
- Pada jenis cedera pendarahan dengan kondisi baik memiliki presentase 40% atau dalam kategori kurang baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 10% atau dalam kategori tidak baik.
- Pada jenis cedera dislokasi dengan kondisi baik memiliki presentase 45% atau dalam kategori kurang baik, sedangkan kondisi buruk memiliki presentase 35% atau dalam kategori kurang baik.

Pembahasan

Cidera merupakan rusaknya struktur dan fungsi anatomi diakibatkan karena keadaan patologis (Karantanas, 2011). Cidera sering dialami oleh olahragawan atau atlet karena kegiatan aktifitas fisik yang dilakukan dengan intensitas tinggi dan juga kondisi atlet yang salah dalam melakukan suatu teknik gerakan yang mengakibatkan suatu jaringan pada tubuh mengalami kerusakan bahkan kegagalan fungsi. (Karantanas, 2011). Cidera olahraga dapat terjadi disebabkan karena faktor-faktor dari dalam (intrinsik) maupun dari luar (ekstrinsik) yang kurang

dijaga dan diperhatikan sehinggadapat menyebabkan terjadinya cedera olahraga baik pada otot maupun rangka. (Christer Rolf, 2007).

Cedera juga merupakan rusaknya jaringan lunak atau keras disebabkan adanya kesalahan teknis, benturan atau aktivitas fisik yang melebihi batas beban latihan yang dapat menimbulkan rasa sakit akibat dari kelebihan latihan melalui pembebanan latihan yang terlalu berat sehingga otot dan tulang tidak lagi dalam keadaan anatomis. Cedera dapat terjadi pada aktivitas apapun dengan waktu yang relatif singkat baik secara sadar maupun tidak disadari.

Macam-macam cedera yang terjadi dalam aktivitas sehari-hari maupun dalam berolahraga dibagi menjadi 2, yaitu cedera ringan dan cedera berat (Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi, 2009), yang dijabarkan sebagai berikut; (1) Cedera ringan yaitu cedera yang terjadi karena tidak ada kerusakan yang berarti pada jaringan tubuh, misalnya kekakuan otot dan kelelahan. Cedera ringan tidak memerlukan penanganan khusus, biasanya dapat sembuh sendiri setelah istirahat; (2) Cedera berat yaitu cedera serius pada jaringan tubuh dan memerlukan penanganan khusus dari medis, misalnya robeknya otot, tendon, ligamen atau patah tulang.

Gejala yang timbul akibat cedera dapat berupa peradangan. Seperti yang diungkapkan Wara Kushartanti (2007), peradangan merupakan mekanisme mobilisasi sistem pertahanan tubuh dan reaksi fisiologis dari jaringan rusak baik akibat tekanan mekanis, kimiawi, panas, dingin dan invasi bakteri. Radang mempunyai tujuan memproteksi area yang cedera dan melayani proses penyembuhan. Diperjelas oleh Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi (2009), tanda-tanda peradangan pada cedera jaringan tubuh yaitu; (1) Kalor atau panas karena meningkatnya aliran darah ke daerah yang mengalami cedera; (2) Tumor atau bengkak disebabkan adanya penumpukan cairan pada daerah sekitar jaringan yang cedera; (3) Rubor atau merah pada bagian cedera karena adanya pendarahan.; (4) Dolor atau rasa nyeri, karena terjadi penekanan pada saraf akibat penekanan baik otot maupun tulang; (5) Functioliasesa (penurunan fungsi), karena kerusakan yang diakibatkan cedera berat.

Olahraga beladiri merupakan olahraga yang tidak terlepas dari body contact, sehingga akan terjadi cedera yang sangat tinggi. Beberapa cedera yang terjadi pada atlet beladiri antara lain: memar, robek, sprain, strain, fraktur, gegar otak, dan

gangguan gerak sendi pada anggota tubuh baik ekstremitas atas maupun bawah. Gangguan gerak sendi anggota tubuh yang dialami atlet beladiri antara lain: sendi engkel, sendi lutut, sendi panggul, sendi siku, sendi pergelangan tangan, dan sendi lainnya. Semua cedera tersebut membuat atlet beladiri tidak dapat berprestasi secara maksimal dan menjadi cacat yang permanen. Seperti yang terjadi pada cabang beladiri taekwondo, karate, pencak silat, judo, wushu, tinju, gulat, kempo, tarung derajat, dan lain-lain. Atlet beladiri tersebut di atas yang mengalami cedera baik di saat latihan maupun bertanding memerlukan perhatian khusus dan penanganan secara khusus pula, baik medis maupun dari terapis yang berkompeten di bidangnya, sehingga penampilan atlet beladiri akan maksimal dalam mencapai prestasi yang diinginkannya.

Gulat merupakan salah satu jenis olahraga beladiri yang memiliki risiko tinggi terjadinya cedera. Cedera tersebut tidak hanya dapat terjadi pada saat pertandingan berlangsung tetapi dapat terjadi pada saat dilakukannya aktivitas olahraga yang merupakan bagian dari pelatihan. Menurut WHO, cedera merupakan kondisi kerusakan fisik ketika manusia mengalami penurunan energi dalam jumlah yang melebihi ambang batas toleransi. Cedera olahraga sendiri terjadi saat melakukan kegiatan olahraga dan cedera sendiri salah satu konsekuensi bagi seseorang dan tidak mengenal tempat terjadinya cedera.

Menurut Ramadina, cedera olahraga sendiri memberikan dampak secara faktor intrinsik dan ekstrinsik karena cedera olahraga dapat terjadi ketika dilakukan latihan, pertandingan, dan setelah dilakukannya pertandingan atau latihan. Cedera terjadi disebabkan atlet kurang menjaga dan memperhatikan tubuhnya sehingga dapat menyebabkan cedera pada otot atau rangkanya.

Akibat terjadinya cedera tentu memberikan dampak yang cukup signifikan kepada para pegulat, mulai tidak dapat ikutnya pertandingan, latihan secara sementara hingga seterusnya. Hal tersebut tergantung seberapa parahnya cedera yang dialami dan diderita oleh pegulat. Dengan terjadinya hal tersebut, tentu menjadi penghambat bagi pegulat dalam mengikuti prestasi dan mengembangkan dirinya agar dapat lebih unggul dari sebelumnya dan pegulat lainnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Cidera yang sering terjadi pada atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo adalah luka memar saat latihan. okasi cedera yang sering terjadi pada atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo adalah pada bagian pergelangan kaki/ankle yang tergolong ekstremitas bawah. Mekanisme cedera yang sering terjadi pada atlet gulat SMAN Olahraga Sidoarjo adalah gesekan atau abrasi yang terjadi dalam pertandingan dan latihan yang mengakibatkan luka lecet/memar.

Saran

Setelah mengetahui cedera pada atlet disarankan agar lebih ditingkatkan lagi tingkat kewaspadaan terhadap cedera baik cedera ringan maupun cedera berat.

Untuk peneliti yang akan melakukan penelitian sejenis dalam proses sosialisasi lebih baik dijelaskan secara detail supaya responden lebih mengerti dalam memberikan jawaban kuisisioner.

DAFTAR PUSTAKA

- Fabio, Septor, and Dwi Cahyo Kartiko. "Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Pada Masa Pandemi." *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 10, no. 1 (2022): 27–45. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/42154>.
- Gustiawan, Angga, Muhammad Ali, and Informasi Artikel. "Survei Program Latihan Atlet Gulat Kabupaten Kerinci Kerinci District Wrestling Athlete Training Program Survey." *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching* 03, no. 02 (2021): 53–59. <https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>
- Kristanto, Ryan Bayu. "Pengaruh Sarana Prasarana Dan Motivasi Terhadap Prestasi Olahraga Gulat Sekaresidenan Semarang Tahun 2018." *Skripsi Universitas Negeri Semarang*. Universitas Negeri Semarang, 2018.
- Ricky Aditya, Rizki Apriliyanto, Ahmad Sulaiman. "PENANGANAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET ATLETIK KABUPATEN JEMBER." *Repository Universitas Muhammadiyah Jember* (n.d.).
- Rochman, Rizky N U R. "IDENTIFIKASI KEMAMPUAN FISIK ATLET GULAT FROG WRESTLING CLUB PURWODADI TAHUN 2017 (Survey Kondisi Fisik Pada Atlet Gulat Usia 15 – 19 Tahun)." Universitas Negeri Semarang, 2018.
- Sanusi, Rahmat, Fadli Surahman, and Hilda Oktri Yeni. "Pengembangan Buku Ajar Penanganan Dan Terapi Cedera Olahraga." *Journal Sport Area* 5, no. 1 (2020): 40–50.

Sembiring, Tamaulina Br., Irmawati, Muhammad Sabir, Indra Tjahyadi. *METODOLOGI PENELITIAN (TEORI DAN PRAKTIK)*. Karawang: Saba Jaya Publisher, 2024.

Sholihah, Siti. "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Pada Pasien Cedera Muskuloskeletal Yang Memilih Berobat Ke Sangkal Putung Berdasarkan Pendekatan Teori Health Belief Model." *Doctoral Dissertation, Universitas Airlangga*. Universitas Airlangga Surabaya, 2018.
<https://repository.unair.ac.id/85163/4/fulltext.pdf>.