

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

“TIMKES KEJUARAAN TENIS MEJA SE-DIY AFNAN HADIKUSUMO CUP 2024”



Disusun Oleh:
Hendra, S.Ftr., Ftr

PROGRAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN (FIKes)
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA

2024

HALAMAN PENGESAHAN

"TIMKES KEJUARAAN TENIS MEJA SE-DIY AFNAN HADIKUSUMO CUP 2024"

- Mitra Program : Lembaga Pengembangan Olahraga (LPO) Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).
1. Ketua Pelaksana
- a. Nama : Hendra, S.Ftr., Ftr
 - b. NIP/NIDN : -
 - c. Jabatan Fungsional : -
 - d. Prodi/ Fakultas : Fisioterapi/Fakultas Ilmu Kesehatan
 - e. Perguruan Tinggi : Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
 - f. Bidang Keahlian : Muskuloskeletal dan Olahraga
 - g. Alamat Rumah : Karakan 04, Karakan, Sidomoyo, Kec. Godean, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55264.
 - h. No Hp : 082134209442
2. Lokasi Mitra :
- a. Alamat mitra : Jl. Gedongkuning No.130 B, Rejowinangun, Kec. Kotagede, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55171.
 - b. Jarak PT ke lokasi Mitra : 15 Km
3. Luaran yang dihasilkan : Foto dan Video
4. Jangka Waktu Pelaksanaan : Sabtu-Ahad, 27-28 Juli 2024
5. Total Biaya : Rp. 300.000,

Yogyakarta, 09 Agustus 2024

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Dewi Rokhanawati, S.Si.T., M.PH
NIP. 7703100410038

Ketua,



Hendra, S.Ftr., Ftr

Menyetujui,
Kepala EPPM



Luluk Rosidi, S.ST., MKM
NIP. 8011011210163

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Wa Rahmatullahi Wa Barakatuh

Alhamdulillah, segala puji hanya bagi Allah SWT yang telah memberikan hidayah-Nya sehingga iman dan Islam tetap terjaga. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, para sahabat, tabiin dan tabiut yang senantiasa istiqomah di jalannya. Berkah dan rahmat Allah serta pertolongan-Nyalah sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat.

Tidak lupa kami mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat tersebut. Adapun ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

1. Dr. Warsiti, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
2. Dr. Dewi Rokhanawati, S.Si.T., M.PH, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
3. Hilmi Zadah Faidullah, M.Sc., Ph.D (PT), selaku Ketua Program Studi Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
4. Luluk Rosida, S.ST., M.KM, selaku Ketua LPPM yang telah memberikan dukungan dan arahan serta kesempatan kepada pelaksana.
5. Kepanitiaan Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024.
6. Semua pihak yang tidak bisa pelaksana sebutkan satu persatu.

Pelaksana menyadari dalam penulisan laporan ini masih banyak terdapat kekurangan, besar harapan kami para pembaca akan dapat memberikan kritik dan sarannya.

Wassalamu 'alaikum Wa Rahmatullahi Wa Barakatuh

Yogyakarta, 09 Agustus 2024



Pelaksana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
HALAMAN PENGESAHAN	2
KATA PENGANTAR	3
DAFTAR ISI.....	4
DAFTAR LAMPIRAN.....	5
A. Latar Belakang	6
B. Tujuan Pengabdian	7
C. Sasaran Pengabdian	7
D. Waktu dan Tempat	7
E. Bentuk Kegiatan	7
F. Kendala dan Cara Mengatasi	8
G. Kesimpulan dan Saran	8
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Tugas
- Lampiran 2 Surat Permohonan Panitia
- Lampiran 3 Daftar Hadir Kegiatan
- Lampiran 4 Dokumentasi Kegiatan

A. LATAR BELAKANG

Tri Dharma Perguruan Tinggi merupakan pondasi atau tatanan kehidupan dalam lingkungan pendidikan perguruan tinggi yang harus disadari oleh mahasiswa ataupun dosen. Tri Dharma merupakan suatu kewajiban bagi sebuah perguruan tinggi untuk dilaksanakan, Tri Dharma Perguruan tinggi ini merupakan acuan dasar dalam pendidikan selama di perguruan tinggi dan sebagai pengamalan di dalam kehidupan bermasyarakat. Pengabdian masyarakat merupakan salah satu dari isi Tri Dharma Perguruan Tinggi selain Pendidikan dan Penelitian. Pengabdian Masyarakat perlu dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat dan mengaplikasikan ilmu serta penelitian yang telah dilakukan untuk kehidupan bermasyarakat secara nyata. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta melalui LPPM memandang perlu untuk dilaksanakan kegiatan dalam rangka pengabdian masyarakat.

Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024 merupakan ajang bergengsi yang akan mempertemukan atlet-atlet berbakat dari seluruh Daerah Istimewa Yogyakarta. Dalam kompetisi yang intens dan penuh semangat seperti ini, kehadiran tim kesehatan, terutama fisioterapis, menjadi sangat krusial. Pertama, fisioterapis berperan penting dalam mempersiapkan kondisi fisik atlet sebelum pertandingan. Melalui program latihan yang terstruktur dan rehabilitasi cedera, fisioterapis membantu atlet mencapai kondisi terbaiknya. Pemanasan yang tepat dan teknik peregangan yang diawasi oleh fisioterapis dapat mengurangi risiko cedera selama pertandingan, memastikan bahwa atlet dapat tampil maksimal tanpa gangguan fisik. Kedua, selama pertandingan berlangsung, tim fisioterapis siap memberikan penanganan cepat terhadap cedera yang mungkin terjadi. Kecepatan dan ketepatan dalam menangani cedera seperti kram otot, keseleo, atau cedera lainnya, dapat membuat perbedaan besar dalam karier atlet. Fisioterapis memiliki keterampilan untuk menilai dan mengatasi cedera secara efektif, sehingga atlet dapat kembali bertanding atau mendapatkan perawatan yang diperlukan. Ketiga, setelah pertandingan, fisioterapis membantu dalam proses pemulihan dan rehabilitasi. Pemulihan yang tepat sangat penting untuk memastikan bahwa atlet dapat beristirahat dan mempersiapkan diri untuk pertandingan berikutnya atau untuk kembali ke rutinitas latihan tanpa risiko cedera berulang. Fisioterapis juga memberikan edukasi kepada atlet mengenai pencegahan cedera dan pentingnya menjaga kebugaran fisik

secara keseluruhan. Dalam konteks Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024, peran tim kesehatan dan fisioterapis tidak hanya sekadar mendukung performa atlet, tetapi juga memberikan rasa aman dan dukungan mental yang diperlukan. Atlet yang merasa aman dan terjamin kesehatannya cenderung tampil lebih percaya diri dan fokus dalam setiap pertandingan. Oleh karena itu, kehadiran tim kesehatan dan fisioterapis adalah investasi penting yang tidak hanya berkontribusi pada kesuksesan atlet secara individu, tetapi juga pada keberhasilan keseluruhan kejuaraan. Dengan dukungan profesional dari fisioterapis, diharapkan Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024 dapat berlangsung dengan lancar, aman, dan menghasilkan prestasi terbaik dari para pesertanya.

Kegiatan ini diadakan oleh Lembaga Pengembangan Olahraga (LPO) Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). dan diikuti oleh peserta umum dari wilayah DIY dan sekitarnya. Kegiatan ini dilaksanakan di SMA 1 Muhammadiyah Yogyakarta. Kegiatan pengabdian ini berupa memberikan pelayanan kesehatan dan pertolongan kepada peserta Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024 tersebut untuk mendukung dan kelancaran pelaksanaan kegiatan tersebut.

B. TUJUAN PENGABDIAN

Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk dapat memberikan pelayanan kesehatan dan pertolongan pertama kepada peserta Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024 yang mengalami cedera.

C. SASARAN PENGABDIAN

Sasaran Pengabdian adalah Peserta Kejuaraan Tenis Meja Se-Diy Afnan Hadikusumo Cup 2024 di Gedung Olahraga SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta.

D. WAKTU DAN TEMPAT

Kegiatan ini berlangsung selama dua hari dari tanggal 27-28 Juli 2024, yang bertempat di Gedung Olahraga SMA 1 Muhammadiyah Yogyakarta.

E. BENTUK KEGIATAN

NO	KEGIATAN	PELAKSANAAN
1.	Tim Kesehatan (Promotif, Preventif dan Rehabilitatif).	Dosen dan Mahasiswa

F. KENDALA DAN CARA MENGATASI

Selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tidak ada kendala yang berarti. Beberapa cedera dan keluhan dapat tertangani dengan baik, seluruh timkes baik dosen dan mahasiswa berpartisipasi dalam kegiatan ini dengan aktif dan antusias, para pemain juga sangat antusias dengan adanya bantuan tim kesehatan dari fisioterapi UNISA Yogyakarta.

G. KESIMPULAN DAN SARAN

Persiapan yang baik melalui pemanasan, nutrisi yang tepat dan hidrasi yang cukup sangat penting untuk mengoptimalkan performa atlet dan mencegah cedera selama Kejuaraan Tenis Meja Se-DIY Afnan Hadikusumo Cup 2024. Sebelum memulai pertandingan atau sesi latihan, peserta disarankan untuk melakukan pemanasan menyeluruh, dengan fokus pada bagian tubuh yang paling aktif, seperti bahu, pergelangan tangan, dan kaki. Pemanasan yang tepat dapat meningkatkan aliran darah ke otot dan mengurangi risiko cedera, sementara pendinginan setelah bermain membantu tubuh kembali ke keadaan semula dan mengurangi kekakuan otot. Selain itu, nutrisi yang seimbang juga krusial. Peserta diharapkan mengonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, dan lemak sehat, serta memperhatikan waktu makan agar tubuh memiliki cukup waktu untuk mencerna dan menyerap nutrisi. Camilan sehat seperti buah atau kacang-kacangan juga dapat membantu menjaga energi selama jeda pertandingan.

Hidrasi yang cukup adalah faktor kunci lainnya; peserta perlu memastikan mereka minum air yang cukup sebelum, selama, dan setelah pertandingan untuk menghindari dehidrasi, yang dapat mempengaruhi kinerja fisik dan mental. Minuman isotonik dapat dipertimbangkan untuk menggantikan elektrolit yang hilang, terutama saat pertandingan berlangsung lama atau dalam cuaca panas. Sebaliknya, minuman berkafein atau bersoda sebaiknya dihindari karena dapat menyebabkan dehidrasi. Dengan memperhatikan aspek-aspek ini, peserta dapat tampil lebih maksimal, mengurangi risiko cedera, dan meningkatkan kesempatan untuk meraih hasil terbaik. Memastikan tubuh dalam kondisi prima bukan hanya tentang berlatih keras, tetapi juga tentang merawat dan mempersiapkannya dengan bijak. Semoga para peserta dapat memanfaatkan saran ini untuk mencapai kesuksesan dalam kejuaraan.

LAMPIRAN

1. Lampiran Surat Tugas



LEMBAGA PENELITIAN DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

SURAT TUGAS **Nomor: 95/LPPM/UNISA/VII/2024**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Luluk Rosida, S.ST., M.KM
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)

Berdasarkan surat Ketua Lembaga Pengembangan Olahraga Pimpinan Wilayah Muhammadiyah DIY nomor 49/II.23/A/2024 tentang permohonan tim kesehatan tanggal 24 Juli 2024, dengan ini memberikan tugas kepada:

Dosen Prodi S1 Fisioterapi:

1. Abdillah Choirul Chisolli, S.Ftr., Ftr
2. Hendra, S.Ftr., Ftr
3. Noor Sadhono Kurniaji, SST. Ft., Ftr., M. Si

Mahasiswa Prodi S1 Fisioterapi:

1. Firmansyah (NIM: 2110301022)
2. Khairani zakya (NIM: 2110301067)
3. Dian Putri Oktavia (NIM: 2110301087)
4. Selvi Dwi Purnama (MIM: 2310301017)
5. Fajar Yunan Fanani (NIM: 2110301085)
6. Valdis Heru Arindra (NIM: 2110301086)
7. Andhika (NIM: 2210301120)
8. Arthika Aprillia (NIM: 2210301067)
9. Haliza Hanoum (NIM: 2210301009)

untuk melaksanakan tugas pengabdian masyarakat sebagai tim kesehatan dalam kegiatan Kejuaraan Tenis Meja se-DIY (Afnan Hadikusumo Cup 2024) di Gedung Olahraga SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta pada hari Sabtu-Ahad tanggal 27 - 28 Juli 2024 pukul 08.00 - 21.00 WIB.

20 Muharram 1446 H

26 Juli 2024 M

Ketua LPPM,



Luluk Rosida, S.ST., M.KM
NIP. 8010111210163

2. Lampiran Permohonan Panitia



LEMBAGA PENGEMBANGAN OLARHAGA PIMPINAN WILAYAH MUHAMMADIYAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Jl. Gedongkuning No.130 B, Rejowinangun, Kota Yogyakarta 55171
Telp. +62 812-2692-5769 // +62 811-2510-088

Nomor : 49/II.23/A/2024 18 Muharram 1446 H
Lampiran : - 24 Juli 2024 M
Hal : Permohonan Tim Kesehatan

Kepada Yth.
Rektor
Universitas Alsyiyah Yogyakarta.
Di - Tempat

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh,
Salam Olahraga,

Dibertahukan dengan hormat, Lembaga Pengembangan Olahraga (LPO) Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), akan menyelenggarakan Kejuaraan Tenis Meja se-DIY dengan nama Athan Hadikusumo Cup 2024 yang akan kami laksanakan pada:

Hari/Tanggal : Sabtu - Ahad, 27 – 28 Juli 2024
Pukul : 08.00 – 21.00 WIB
Tempat : Gedung Olahraga SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta.

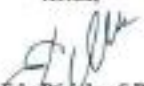
Berkenaan dengan agenda tersebut, kami mohon bantuan tim Kesehatan dari UNISA Yogyakarta selama kejuaraan tenis meja ini berlangsung.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan dikabulkannya permohonan kami, diucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Lembaga Pengembngas Olahraga
Pimpinan Wilayah Muhammadiyah
Daerah Istimewa Yogyakarta

Ketua,


Edy Pratika, S.Pd
NIM. 857797

Sekretaris,


M Fuani, S.E., Akt.
NEM. 099592

Mengetahui:
Wakil Ketua PWM DIY

Anoman Latief
NIM. 505405

CP : 0856 4326 7125 (M. Rifqi Rifal)

3. Daftar Hadir Kegiatan

**DAFTAR HADIR KEJUARAAN TENIS MEJA SE-DIY
"AFNAN HADIKUSUMO CUP 2024"**

Hari/Tanggal : Sabtu, 27 Juli 2024

No	Nama	Kehadiran	Jabatan/Institusi
1.	Panitia 1	√	LPO PWM DIY
2.	Panitia 2	√	LPO PWM DIY
3.	Panitia 3	√	LPO PWM DIY
4.	Panitia 4	√	LPO PWM DIY
5.	Panitia 5	√	LPO PWM DIY
6.	Wasit 1	√	PTMSI
7.	Wasit 2	√	PTMSI
8.	Wasit 3	√	PTMSI
9.	Wasit 4	√	PTMSI
10.	Wasit 5	√	PTMSI
11.	Wasit 6	√	PTMSI
12.	Wasit 7	√	PTMSI
13.	Wasit 8	√	PTMSI
14.	Abdillah Choirul Chisolli, S.Ftr., Ftr	√	Dosen Fisioterapi UNISA
15.	Firmansyah	√	HIMAFI UNISA Yogyakarta
16.	Khairani Zakya	√	HIMAFI UNISA Yogyakarta
17.	Dian Putri	√	Physiosport Club UNISA Yogya
18.	Selvi Dwi Purnama	√	Physiosport Club UNISA Yogya

**DAFTAR HADIR KEJUARAAN TENIS MEJA SE-DIY
"AFNAN HADIKUSUMO CUP 2024"**

Hari/Tanggal : Ahad, 28 Juli 2024

No	Nama	Kehadiran	Jabatan/Institusi
1.	Panitia 1	√	LPO PWM DIY
2.	Panitia 2	√	LPO PWM DIY
3.	Panitia 3	√	LPO PWM DIY
4.	Panitia 4	√	LPO PWM DIY
5.	Panitia 5	√	LPO PWM DIY
6.	Wasit 1	√	PTMSI
7.	Wasit 2	√	PTMSI
8.	Wasit 3	√	PTMSI
9.	Wasit 4	√	PTMSI
10.	Wasit 5	√	PTMSI
11.	Wasit 6	√	PTMSI
12.	Wasit 7	√	PTMSI
13.	Wasit 8	√	PTMSI
14.	Noor Sadhono K, SST.Ft., Ftr., M.Si	√	Dosen Fisioterapi UNISA
15.	Hendra, S.Ftr., Ftr	√	Dosen Fisioterapi UNISA
16.	Fajar Yunan Fanani	√	HIMAFI UNISA Yogyakarta
17.	Valdis Heru Arindra	√	HIMAFI UNISA Yogyakarta
18.	Andika	√	Physiosport Club UNISA Yogya
19.	Arthika Aprilia	√	Physiosport Club UNISA Yogya
20.	Haliza Hanoum	√	HIMAFI UNISA Yogyakarta

4. Dokumentasi Kegiatan



