

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Cedera dalam olahraga merupakan salah satu isu yang sering muncul, tidak hanya dalam konteks profesional namun juga dalam kegiatan rekreasi. Khususnya pada olahraga sepak bola mini atau *mini soccer*, insiden cedera bisa terjadi kapan saja dan dimana saja. Cedera olahraga seperti keseleo, patah tulang hingga cedera kepala dapat mengancam keselamatan dan kesehatan para pemain (Mustafa, 2022). Hasil data (Riskesdas, 2018), tingkat cedera di Indonesia mencapai angka 9.2%, dengan cedera yang berkontribusi besar terjadi pada anggota gerak atas sebanyak 32.7% dan anggota gerak bawah sebanyak 67.9%.

Cedera yang terjadi pada sepak bola lebih tinggi dibandingkan dengan jenis lainnya, yaitu mencapai sekitar 11 hingga 24 cedera per 1000 jam disaat pertandingan, dimana angka tersebut jauh lebih tinggi dibandingkan pada saat pelatihan yang berkisar 4 hingga 7 cedera per 1000 jam (Yusni, 2019). Angka potensi cedera pada pemain sepak bola profesional dengan pravelensi rata-rata cedera otot atau tendon sebesar 39,78%, ligamen sebesar 21,13%, memar 17,86% dan fraktur sebesar 3,27% dan untuk pemain sepak bola amatir pravelensinya adalah 44,56% untuk cedera otot atau tendon, 27,63% cedera sendi ligamen, 15,0% memar dan 3,05% fraktur. Frekuensi cedera traumatik lebih tinggi pada pemain sepak bola amatir yaitu sebesar 76,88% di bandingkan dengan pemain sepak bola profesional 64,16% (Gurau et al., 2023). Berdasarkan hasil penelitian (Simatupang & Suprayogi, 2019) mendapatkan data cedera olahraga berdasarkan jenisnya: cedera terbuka 94,1%, cedera tertutup 76,5%, berdasarkan lokasi: cedera pada paha sebanyak 94,1%, cedera pada lutut 82,4%, cedera pada kaki atau tungkai 82,4%, cedera pada badan 70,6%, cedera lengan 64,7%, cedera lengan dan pergelangan tangan 52,9%, cedera pada tumit 47,1%, cedera pada

pinggang atau pinggul 47,1%, cedera pada kepala 35,3%, cedera pada telapak kaki 29,4% dan cedera pada leher 17,6%.

Cedera terbagi menjadi tiga yaitu berdasarkan ringan beratnya cedera (cedera ringan, cedera sedang dan cedera berat), berdasarkan waktu terjadinya cedera (cedera akut dan cedera kronis) dan berdasarkan bagian jaringan tubuh (jaringan lunak dan jaringan keras). Cedera pada jaringan lunak terdiri dari: cedera pada kulit dan *fascia*, cedera pada otot, cedera pada tendon, cedera pada ligamen. Cedera pada jaringan keras merupakan cedera yang terjadi pada tulang seperti: fraktur, dislokasi, memar tulang: trauma langsung menyebabkan memar dan pendarahan yang biasa terjadi pada tulang tibia (tulang kering) (Yusni, 2019). Sedangkan menurut (Ilham et al., 2024) cedera dalam olahraga dibagi menjadi dua jenis: akut dan kronis.

Cedera yang sering dialami para pemain sepak bola pada umumnya yaitu: keseleo (*sprains*), otot tertarik atau salah urat (*strain*), patah atau retak tulang (*fraktur*), cedera pada lutut (ACL), cedera ankle (Susilowati et al., 2015). Cedera yang terjadi sering kali direspon oleh tubuh dengan tanda-tanda radang seperti: *rubor* (kemerahan), tumor (bengkak), *kalor* (panas), *dolor* (nyeri) dan *functiollasea* (penurunan fungsi) (Ilham et al., 2024). Cedera terjadi akibat adanya beban yang diterima tubuh melampaui kapasitas jaringan yang pada akhirnya menimbulkan cedera. Penanganan pada cedera sangat penting. Selain penanganan mandiri amupun tenaga medis, penanganan yang dilakukan oleh orang awam juga sangat penting terutama pada kasus cedera patah tulang, dislokasi dan lain-lain. Masyarakat awam dapat melakukan tindakan pertolongan pertama yang efektif, seperti mengikuti prinsip *RICE*: *rest* (istirahat), *ice* (es), *compression* (pengompresan) dan *elevation* (elevasi) (Fondy, 2024).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penanganan awal pada cedera adalah pengetahuan yang cukup mengenai cara pertolongan pertama yang dapat membantu meminimalisir risiko komplikasi yang

dapat memperparah cedera yang dialami hingga dapat mempercepat pemulihan. Selain itu, pengetahuan mengenai pertolongan pertama juga dapat membantu individu untuk mengenali gejala-gejala yang serius dan meminta bantuan medis tepat waktu. Pengetahuan menurut Combridge (2020) dalam (Swarjana, 2022) merupakan pemahaman atau informasi mengenai subjek yang didapatkan melalui pengalaman maupun studi yang diketahui baik oleh satu orang atau lebih. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, faktor internal dan eksternal.

Penanganan cedera secara tepat dan benar untuk meminimalisir dampak jangka panjang merupakan hal yang sangat penting. Pemahaman masyarakat mengenai tindakan pertama yang harus diambil ketika terjadi cedera sangat krusial. Cedera yang tidak tertangani dengan tepat dapat memperburuk kondisi fisik korban serta memperpanjang masa pemulihan (Fondy, 2024).

Pentingnya persiapan fisik dan pengetahuan dasar tentang penanganan cedera, setiap individu yang terlibat dalam aktivitas olahraga, baik sebagai atlet maupun amatir, harus memiliki pengetahuan dasar tentang penanganan cedera. Pengetahuan dasar ini tidak hanya untuk melindungi diri mereka sendiri tetapi juga untuk membantu orang lain disekitar mereka yang mungkin mengalami cedera. Selain itu pemahaman mengenai berbagai jenis cedera dan bagaimana penanganannya merupakan kunci dalam pencegahan dan pengelolaan cedera olahraga, tanpa pengetahuan yang tepat, cedera kecil dapat berkembang menjadi kondisi yang lebih serius dan membutuhkan intervensi medis yang lebih kompleks dan mahal (Yusni, 2019).

Studi oleh (Simatupang & Suprayogi, 2019) yang meneliti cedera pada atlet sepak bola PPLP Sumatera Utara menemukan bahwa 55% dari cedera yang terjadi pada atlet sepak bola adalah cedera otot dan sendi. Penelitian ini menunjukkan bahwa cedera sangat umum terjadi

dikalangan pemain sepak bola dan pemahaman awal cedera sangat diperlukan. Tidak hanya pada tingkat akademik, opini tentang keolahragaan nasional oleh (Agung Widodo, 2023) menyebutkan bahwa kebijakan nasional mendukung pengurangan tingkat cedera melalui pendidikan dan kampanye penguatan pengetahuan tentang penanganan awal cedera olahraga. Hal ini sejalan dengan pandangan dari (Giriwijoyo et al., 2020) yang menyoroti mengenai pentingnya kesehatan olahraga dan bagaimana penanganan cedera secara tepat dapat meningkatkan kinerja atlet serta keselamatan mereka.

Dengan melihat kondisi faktual, masyarakat yang sering terlibat dalam aktivitas di lapangan *mini soccer*, cenderung memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai penanganan awal cedera. Minimnya informasi dan edukasi mengenai bagaimana cara menangani cedera dengan benar dapat mengakibatkan penanganan yang kurang tepat dan menambah risiko komplikasi lebih lanjut. Maka dari itu, diperlukan studi mendalam untuk memahami seberapa besar tingkat pengetahuan masyarakat dalam penanganan awal cedera di lingkungan lapangan *mini soccer* dan bagaimana pengetahuan ini dapat ditingkatkan guna mencegah cedera berkelanjutan. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti gambaran tingkat pengetahuan masyarakat di lapangan *mini soccer* dalam penanganan awal pada cedera.

Berdasarkan hasil penelitian Fadil Al-Fathan Asis (2023) Survei Tingkat Pengetahuan Guru PJOK SMP se-Kabupaten Cilacap dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori kurang sebesar 37,07%, kategori baik sebesar 8,62%, kategori cukup sebesar 34,48%. Hasil penelitian menurut (Fitriana et al., 2022) didapatkan mayoritas tingkat pengetahuan pertolongan tergolong dalam kategori “Baik” sedangkan 1 pemain (6.25%) tergolong dalam kategori “Cukup”. Sedangkan menurut penelitian Oktavian & Roepajadi, (2021) tingkat pemahaman penanganan cedera akut dengan metode RICE pada pemain futsal Yanitra FC Sidoarjo didapatkan hasil 7 pemain (43.75%) tergolong dalam kategori

“Baik Sekali”, 8 pemain (50%) tergolong dalam kategori “Baik” sedangkan 1 pemain (6.25%) tergolong dalam kategori “Cukup”.

Penelitian ini tidak menemukan studi yang secara spesifik membahas tema yang sama, yaitu tingkat pengetahuan masyarakat tentang penanganan awal cedera olahraga di lapangan *mini soccer*. Keterbatasan literatur yang relevan menunjukkan adanya celah penelitian yang penting untuk diisi. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 30 orang responden masyarakat Kota Pontianak yang berolahraga dilapangan *mini soccer*, 26 responden mengatakan bahwa saat mengalami cedera hanya menggunakan metode tradisional seperti dioles balsem, *hot cream*, minyak gosok atau minyak urut serta melakukan pemijatan pada bagian yang cedera.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran tingkat pengetahuan masyarakat tentang penanganan awal cedera olahraga dilapangan *mini soccer* Kota Pontianak.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu, tujuan umum dan tujuan khusus :

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan masyarakat tentang penanganan awal cedera olahraga di Kota Pontianak

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden
- b. Menganalisis jenis cedera yang pernah dialami oleh responden
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang penanganan awal cedera olahraga dilapangan *mini soccer* Kota Pontianak

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Dapat memberikan gambaran mengenai tingkat pengetahuan masyarakat terkait penanganan awal cedera olahraga dilapangan *mini soccer* Kota Pontianak

2. Praktis

a. Bagi Peneliti Untuk melihat tingkat pengetahuan masyarakat Kota Pontianak mengenai penanganan awal saat terjadi cedera olahraga.

b. Bagi Instansi Pendidikan Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam meningkatkan keselamatan dan kesehatan masyarakat saat berolahraga.

c. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai penanganan awal cedera olahraga di Kota Pontianak.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Penelitian dan tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan
Fadil Al-Fathan Asis (2023)	Survei Tingkat Pengetahuan Guru Terhadap penerapan penanganan cedera dengan metode RICE dan EXERCISE THERAPY pada MGMP PJOK SMP se kabupaten Cilacap	Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pengambilan data menggunakan survey. Populasi dalam penelitian ini adalah guru PJOK SMP se-	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan metode RICE dan exercise therapy terhadap penanganan cedera pada MGMP PJOK SMP se-	Penelitian ini dilakukan di SMP se-Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah, dengan populasi sebanyak 164 orang guru PJOK dari 74 sekolah. Jumlah sampel

		<p>Kabupaten Cilacap, Jawa Tengah yang berjumlah 164 orang dari 74 Sekolah Menengah Pertama. Penghitungan ukuran sampel menggunakan rumus slovin dan dengan teknik pengambilan sampel menggunakan sampling insidental, sehingga didapat sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah sebanyak 116 responden.</p>	<p>Kabupaten Cilacap dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori kurang sebesar 37,07%. Tingkat pengetahuan guru mengenai penanganan cedera dengan Metode RICE dan Exercise Therapy pada MGMP PJOK SMP se-Kabupaten Cilacap yang berkategori sangat baik sebesar 8,62%, baik 18,97%, cukup 34,48%, kurang 37,07% dan sangat kurang 0,86%. Sehingga diambil kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan guru terhadap penerapan penanganan cedera dengan metode RICE dan exercise therapy pada MGMP PJOK SMP se-Kabupaten</p>	<p>yang diperlukan dalam penelitian ini adalah 116 responden, sampel diperoleh menggunakan rumus slovin. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik insidental sampling</p>
--	--	---	---	--

			Cilacap adalah kurang	
(Fitriana et al., 2022)	Tingkat Pengetahuan Pertolongan Pertama Penanganan Cedera Olahraga Badminton	Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Uji statistik yang digunakan adalah uji univariat. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 50 masyarakat yang berolahraga badminton di Desa Windujaya Kecamatan Kedungbanteng Banyumas. Sampel pada penelitian ini adalah 34 responden.	Hasil penelitian didapatkan mayoritas tingkat pengetahuan pertolongan pertama pada cedera olahraga adalah tinggi yaitu 26 orang (73,5%), sisanya 26,5% cukup. Kesimpulan dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan responden adalah tinggi bisa disebabkan karena responden mempunyai pengalaman dalam menangani cedera ketika sedang bermain badminton.	Lokasi dalam penelitian ini di Desa Windujaya Kecamatan Kedungbanteng Banyumas. Dengan jumlah populasi 50 responden masyarakat yang berolahraga badminton,
(Oktavian & Roepajadi, 2021)	Tingkat Pemahaman penanganan cedera akut dengan metode RICE pada pemain futsal	Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode	Hasil dari penelitian menunjukkan tingkat pemahaman penanganan cedera akut	Lokasi dalam Penelitian ini dilakukan di Sidoarjo, dengan Populasi berjumlah 16

	Yanitra FC Sidoarjo usia 16-23 tahun	survey. Sasaran atau subjek penelitian adalah 16 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan Total sampling yaitu dimana pengambilan sampel dari keseluruhan populasi (Sugiyono, 2013). Semua sampel diambil dari keseluruhan pemain yang mengikuti Liga Internal Futsal Sidoarjo 2019 (LIFS).	dengan metode RICE ada 7 pemain (43.75%) tergolong dalam kategori "Baik Sekali", 8 pemain (50%) tergolong dalam kategori "Baik" sedangkan 1 pemain (6.25%) tergolong dalam kategori "Cukup"	orang yaitu pemain yang mengikuti Liga Internal Futsal Sidoarjo 2019 (LIFS). Teknik Sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling
--	--------------------------------------	---	---	---