

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Aktivitas fisik cenderung sering dilakukan oleh setiap orang ketika kegiatan khususnya yaitu olahraga. Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang dilakukan seseorang secara sistematis untuk mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Irianto & Nurhayati, 2013). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2016), aktivitas fisik diartikan sebagai suatu gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka dengan membutuhkan pengeluaran energi pada setiap gerakannya.

Olahraga sepak bola merupakan bentuk aktivitas fisik yang dimainkan oleh semua kalangan, baik laki-laki maupun perempuan. Orang yang aktif dalam sepak bola pada tahun 2006 adalah 270 juta orang, yang terdiri atas 265 juta pemain baik laki-laki maupun perempuan dan 5 juta perangkat pertandingan yang bertugas menjalankan penyelenggaraan pertandingan sepak bola. Angka ini naik 10% dari survei yang dilakukan tahun 2000. Distribusi 270 juta orang yang aktif di sepak bola, 85 juta orang berada di wilayah Asia, dan salah satu wilayah di Asia adalah Indonesia dengan jumlah 7 juta orang yang aktif di sepak bola (Pandjaitan, 2011).

Olahraga sepak bola tidak lepas dari penggunaan kaki yang melibatkan berbagai struktur atau jaringan pada bagian tubuh, seperti sendi, otot, dan kapsuloligamentar. Jaringan tersebut sangat berperan untuk melakukan gerakan dan mobilitas. Semakin bergerak aktif suatu persendian mempunyai

konsekuensi sendi yang semakin tidak stabil. Ketidakstabilan suatu sendi, kurang elastisitas, kekuatan jaringan penompang dan penggerak sendi tidak memadai akan menyebabkan struktur sekitarnya mudah terkena cedera (Setiawan, 2011).

Jenis cedera yang biasa terjadi dalam kompetisi sepak bola mulai dari luka, *strain*, *sprain*, dislokasi sampai fraktur. Menurut Junaidi (2013), dijelaskan bahwa *ankle sprain* merupakan jenis kasus cedera yang sering terjadi, kemudian diikuti dengan jenis cedera lainnya seperti *strain*, fraktur dan luka pada kulit. Angka kejadian *ankle sprain* pada sepak bola menurut Chan, Ding & Mroczek (2011) mencapai 29% menduduki peringkat kedua terbesar. *Sprain* adalah cedera akut yang terjadi pada sendi, dimana terdapat robekan (biasanya tidak komplit) dari *ligament*, keduanya disebabkan karena penggunaan yang berlebihan (Sumartiningsih, 2012).

Anggota tubuh yang sering terjadi cedera adalah pada bagian sendi pergelangan kaki. Berdasarkan hasil penelitian dari RISKESDAS (2013), angka kejadian *ankle sprain* sekitar 27,5%. Menurut hasil penelitian oleh Hunt, dilaporkan terdapat 3861 kasus cedera muskuloskeletal, 27% (1042) diantaranya terjadi *ankle sprain* (Hunt, Hurwit, Robell, Gatewood, Botser, & Matheson, 2016). Pernyataan tersebut juga dikuatkan oleh Bekerom, bahwa 25% dari semua cedera pada sistem muskuloskeletal mengalami *ankle sprain*. Kejadian *ankle sprain* pada atlet mencapai persentase hingga 50% dari semua jenis cedera yang terjadi ketika berolahraga (Bekerom, Kerkhoffs, McCollum, Calder & Dijk, 2013). Pernyataan tersebut juga dikuatkan oleh Bekerom,

bahwa 25% dari semua cedera pada sistem musculoskeletal mengalami *ankle sprain*. Kejadian *ankle sprain* pada atlet mencapai persentase hingga 50% dari semua jenis cedera yang terjadi ketika berolahraga (Bekerom, Kerkhoffs, McCollum, Calder & Dijk, 2013).

Cedera pergelangan kaki dapat terjadi karena terkilir secara tiba-tiba ke arah lateral atau medial yang berakibat robeknya serabut ligamentum pada sendi pergelangan kaki. Selain itu, dipengaruhi karena adanya tekanan gerakan, kontak fisik, dan kontak non fisik diantara pemain (Sumartiningsih, 2012). Berdasarkan hasil penelitian oleh Clifton (2016) bahwa angka kejadian penyebab cedera *ankle sprain* dipengaruhi oleh kontak fisik antar pemain 58,3% dan 40,2% kontak non fisik antar pemain (Clifton, Koldenhoven, Hertel, Onate, Dompier, & Kerr, 2016).

Cedera ini akan berdampak pada gangguan aktivitas fisik, psikis, dan prestasi. Gangguan aktivitas fisik yang biasa terjadi adalah terkait dengan rasa sakit dan hilangnya fungsi, sehingga setiap orang terhambat dalam aktifitas bersekolah atau bekerja selama lebih dari tujuh hari. Gangguan aktifitas fisik menyebabkan seseorang harus menggunakan alat pembantu (kruk) untuk mobilisasi, sehingga timbulnya gangguan citra tubuh yang dapat mempengaruhi psikis seseorang (Bleakley *et al.*, 2016). Cedera olahraga membuat atlet tidak bisa melakukan aktivitas latihan selama 2 sampai 3 minggu, sehingga atlet tersebut akan terhambat dalam pencapaian prestasi (Setiawan, 2011).

Hasil studi pendahuluan oleh peneliti pada, Senin 14 November 2016 di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Sepak bola UMY dengan melakukan wawancara yaitu ketua Unit Kegiatan Mahasiswa sepak bola dan 3 anggota. Hasil dari wawancara adalah satu orang mengatakan bahwa “pertolongan pertama pada cedera *sprain* dengan melakukan pengobatan sendiri dan melakukan kompres es kemudian di pijat”, orang kedua mengatakan bahwa “melakukan pertolongan pertama nya, biasanya dibantu teman dengan kompres es”, orang ketiga mengatakan bahwa “melakukan pertolongan pertama dengan pijatan”. Wawancara terakhir yaitu kepada ketua UKM sepak bola yang masih belum tahu cara pertolongan cedera *sprain*, dan mengatakan bahwa “melakukan pertolongan pertama biasanya menggunakan salep”.

Kesimpulan dari hasil wawancara bahwa dua dari anggota belum tepat dalam pertolongan dan masih ada yang menggunakan salep, satu dari anggota sudah benar awal pertolongannya menggunakan es namun setelah di es masih dilakukan pemijatan, satu dari anggota masih belum mengetahui dalam melakukan pertolongan cedera *sprain*. Penanganan awal ketika terjadi cedera *sprain* yaitu dengan menggunakan metode *rest, ice, compression and elevation* (RICE) yang secara efektif dapat mengendalikan peradangan dan pembengkakan saat cedera (Briner & Johnson, 2013). Keefektifan penanganan tersebut juga diperkuat oleh Chan *et al.* (2011) bahwa 80% dari cedera *sprain* dapat pulih dengan manajemen konservatif yaitu *rest, ice, compression, elevation* (RICE).

Apabila terjadi cedera *sprain* hal penting yang harus dimiliki adalah pengetahuan tentang pertolongan cedera *sprain* agar dapat melakukan pertolongan dengan tepat. Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya (Notoatmodjo, 2012). Pandangan Islam menjelaskan dalam Al-Qur'an surah *Al Mujadilah* (11), artinya:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اِذَا قِيْلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوْا فِى الْمَجٰلِسِ فَاَفْسَحُوْا  
 يَفْسَحِ اللّٰهُ لَكُمْ وَاِذَا قِيْلَ اَنْشُرُوْا فَاَنْشُرُوْا يَرْفَعِ اللّٰهُ الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا  
 مِنْكُمْ وَالَّذِيْنَ اٰوْتُوْا الْعِلْمَ دَرَجٰتٍ وَاللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرٌ ﴿۱۱﴾

*Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.*

*Surah Al-Mujadilah ayat 11 menjelaskan tentang keutamaan orang-orang beriman dan berilmu pengetahuan. Ditegaskan dalam surah ini bahwa orang yang beriman dan memiliki ilmu pengetahuan luas akan dihormati oleh orang lain, diberi kepercayaan untuk mengendalikan atau mengelola apa saja yang terjadi, serta akan diangkat derajatnya oleh Allah SWT. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa UKM Sepak bola Tentang Pertolongan Cedera *Sprain*'.*

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena-fenomena diatas dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan Unit Kegiatan Mahasiswa sepak bola UMY tentang pertolongan cedera *sprain*?”.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan cedera *sprain* dan pertolongan pertama UKM Sepak bola UMY.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan cedera *sprain* berdasarkan usia.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan cedera *sprain* berdasarkan pendidikan.
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan cedera *sprain* berdasarkan pengalaman.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. UKM sepak bola UMY

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi UKM sepak bola dan anggota 5sebagai tolak ukur pengetahuan dalam menangani kejadian cedera. Manfaat lainnya adalah sebagai evaluasi anggota untuk meningkatkan pengetahuan.

### 2. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya terkait pengetahuan saat ini dengan kesiapan,

kewaspadaan saat olahraga, dan ketrampilan anggota dalam menangani cedera *sprain*.

### 3. Ilmu Keperawatan

Dalam lingkup pelayanan, penelitian ini juga dapat bermanfaat dalam lingkup pelayanan pre-hospital yaitu perawatan trauma cedera atau penanganan sebelum ke rumah sakit (perawatan mandiri) sesuai dengan teknik yang tepat.

### E. Keaslian penelitian

1. Andri Hermawan (2015) melakukan penelitian terkait cedera, yaitu dengan judul "*Persentase Cedera Olahraga Pada Atlet Sepak bola Usia Di Bawah Usia 12 Tahun Dalam Kompetisi Sepak bola Antar SSB Tingkat Nasional*", pada penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui presentase cedera olahraga pada atlet sepak bola usia di bawah 12 tahun dalam kompetisi sepak bola antar SSB tingkat nasional. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet yang bertanding dalam kompetisi sepak bola antar SSB tingkat nasional. Pengambilan sampel secara non probabilitas dengan teknik *purposive sampling* (sesuai kriteria) dengan jumlah sampel sebanyak 60 orang. Penelitian ini menggunakan analisis data yaitu analisis statistik deskriptif persentase. Hasil penelitian diperoleh kesimpulan cedera olahraga pada atlet sepak bola usia di bawah 12 tahun paling banyak adalah cedera pergelangan kaki yaitu 19,4%. Cedera olahraga atlet sepak bola dilihat dari umur diketahui

paling banyak adalah cedera pergelangan kaki yang terjadi pada atlet usia 11 tahun yaitu sebanyak 9,3%.

Perbedaan dengan penelitian yang berjudul “*Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa UKM Sepak bola UMY tentang Pertolongan Cedera Sprain*”, yaitu pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode penelitian survey analitik dengan *total sampling*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan pada masiswa UKM Sepak bola tentang pertolongan cedera *sprain*.

2. Penelitian yang lain yaitu Erwan Nur Arinda (2014) dengan judul penelitian “Analisis Cedera Olahraga Dan Pertolongan Pertama Pemain Sepak bola (Studi Kasus Liga *Springhill* Putaran II Pengcab PSSI Surabaya 2014)”, tujuan dari penelitian ini mengetahui bagaimana cedera olahraga serta pertolongan pertama pemain sepak bola pada liga *springhill* putaran II Pengcab PSSI Surabaya. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Sampel yang digunakan dalam penelitan ini berjumlah 44 pemain. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket tertutup.

Perbedaan dengan penelitian yang berjudul “*Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa UKM Sepak bola UMY tentang Pertolongan Cedera Sprain*” yaitu menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode *survey* analitik dengan menggunakan *total sampling*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat



pengetahuan pada masiswa UKM Sepak bola tentang pertolongan cedera *sprain*.

3. Baskoro Pandu Aji (2013) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis cedera yang terjadi saat proses pembelajaran pendidikan jasmani di Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga dan tingkat pengetahuan guru penjasorkes tentang penanganan cedera khususnya pertolongan pertama. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei dengan instrumen angket. Metode pengambilan sampel adalah dengan sampel populasi yang meliputi 40 orang responden dari 33 sekolah dasar yang berada di Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Teknik analisis data yang digunakan dalam menganalisis adalah dengan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa jenis cedera yang sering terjadi saat proses pembelajaran penjas di Kecamatan Mrebet adalah cedera ringan sebanyak 60,58%, 21,17% untuk cedera sedang, dan 18,24% untuk cedera berat. Hasil dari analisis pengetahuan guru tentang penanganan cedera termasuk dalam kategori baik sekali yaitu sebanyak 4 orang responden (10%) yang memiliki kategori baik sebanyak 20 orang responden (50%), 15 orang (37,50%) masuk dalam kategori cukup, dan 1 orang (2,50%) berada dalam kategori kurang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru penjas di Kecamatan Mrebet tentang prosedur penanganan cedera adalah baik.

Perbedaan dengan penelitian yang berjudul “*Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa UKM Sepak bola UMY tentang Pertolongan Cedera Sprain*” yaitu pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode penelitian *survey* analitik dengan menggunakan *total sampling*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan pada masiswa UKM Sepak bola tentang pertolongan cedera *sprain*.



