

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan bahwa olahraga merupakan aktivitas untuk melatih tubuh seseorang baik secara jasmani maupun rohani. Semakin sering kita melakukan olahraga, maka akan semakin sehat tubuh kita, selain itu juga dapat membuat tubuh kita tidak mudah terserang penyakit dan gangguan kesehatan lainnya. Olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan geraknya dan kemauannya semaksimal mungkin (Setiyawan, 2017).

Cedera merupakan akibat dari gaya yang bekerja pada tubuh atau sebagian dari pada tubuh dimana melampaui kemampuan tubuh untuk mengatasinya gaya-gaya ini bisa berlangsung cepat dan jangka waktu yang lama. Dapat dipertegas bahwa hasil suatu tenaga atau kekuatan yang berlebihan dilimpahkan pada tubuh atau sebagian tubuh sehingga tubuh atau bagian tubuh tersebut tidak dapat menahan atau menyesuaikan diri (Supriyadi, 2017).

Futsal merupakan olahraga yang digemari banyak orang terutama remaja dan dewasa di dunia saat ini. Futsal mulai berkembang di Indonesia pada tahun 2000 (Wardana, 2017). Futsal merupakan olahraga yang identik dengan sepak bola namun dalam ukuran lapangan yang lebih kecil dan pemainnya lebih sedikit, permainan futsal lebih membutuhkan daya jantung paru yang prima dan kelincahan dari setiap pemainnya (Saputra, 2016). Sepakbola biasanya

dilakukan di sebuah tanah lapang yang terbuat dari rumput hijau sedangkan futsal biasanya dilakukan di atas lantai yang dilapisi bahan yang disebut dengan *Vinyl* sehingga kemungkinan cedera akibat benturan dengan lantai akan semakin besar pada olahraga ini. Sama halnya dengan sepakbola futsal adalah permainan *bodycontac* langsung dan keras yang menuntut kemampuan setiap individu maupun kerjasama tim untuk bergerak, berfikir dan memutuskan segala sesuatu cara dengan cepat dan tepat sehingga menjadikan olahraga ini sebagai olahraga yang rentan terhadap cedera.

Cedera merupakan masalah bagi pemain, pelatih hingga suporter tim sepakbola kesayangannya. Cedera yang dialami dapat membuat prestasi seorang pemain menjadi mundur, trauma, gangguan psikologis, fisik menurun, dan bahkan catat permanen sampai kematian. Penelitian yang dilakukan di *Spanish National Futsal* bahwa bagian yang sering terkena adalah cedera *hamstring* (Martinez-Riaza et al., 2017). Cedera yang sering dialami oleh pemain perempuan adalah cedera otot seperti strain. Kejadian cedera akan bertambah ketika pemain yang sudah mengalami cedera dimainkan kembali (Ruiz-Pérez et al., 2019). Dalam penelitian yang dilakukan di klub sepak bola di Norwegia yang menggunakan model *team-base exposure* mengungkapkan bahwa cedera yang terjadi saat pertandingan memiliki angka yang lebih tinggi dibandingkan saat latihan (Kristenson et al., 2016). Pertolongan pertama pada cedera olahraga perlu dilakukan untuk menyelamatkan pemain. Pertolongan pertama yang baik pada kejadian cedera dapat mengurangi kecacatan, lama waktu perawatan dan mempersingkat waktu untuk kembali bermain. Tanggung jawab pelatih tidak

hanya saat latihan maupun pertandingan, disamping itu pelatih dituntut untuk meminimalkan resiko dan mengurangi kecacatan.

Tindakan-tindakan yang tidak diinginkan dapat timbul dari kesiapan psikologis yang kurang dalam bermain. Pemain yang memiliki agresivitas tinggi yang tidak terkontrol akan menimbulkan beberapa akibat diantaranya mencederai lawan, melanggar peraturan dan tidak *fair play* (Husdarta, 2018).

Penelitian yang dilakukan di *English Premier League* dan *Championship Football Club* menunjukkan data bahwa dari 99 pemain mengalami cedera ekstremitas bawah. Lutut menjadi bagian tubuh yang sering mengalami cedera diikuti oleh cedera pergelangan kaki. Dari 99 pemain tersebut 35% diantaranya mengalami cedera *strain* (Read, et al, 2018). Riskesdas tahun 2013 bahwa cedera olahraga di Indonesia mencapai 3,5% dari sampel yang telah di ambil. Cedera di Yogyakarta mencapai 4.8 % dari sampel yang telah diambil, di Indonesia cedera olahraga paling tinggi berada di Riau. Kurangnya pemanasan dapat menjadi penyebab cedera kepada atlet 38,1%. Sedangkan akibat tidak memakai sepatu adalah 28,57%. Perlengkapan olahraga yang baik juga dapat menurunkan kejadian cedera pada atlet.

Dalam sebuah studi yang dilakukan di *Qatar Star League* dari tahun 2013-2014 to 2017-2018 dengan 2243 responden menunjukkan hasil bahwa setiap 486.951 jam ada 37 kejadian *ruptur* (Rekik et al., 2018). Dalam penelitian di *Departemen of Orthopedic Emergency* memaparkan bahwa ada 781 kejadian cedera bahu dari 2.650 kasus yang dilaporkan berkaitan dengan olahraga (Enger et al., 2019). Penelitian yang dilakukan di *Nigerian Women's Premier League*

menunjukkan hasil bahwa setiap 1000 jam terdapat 10,98 kejadian cedera pada latihan dan 55,56 kejadian cedera pada saat pertandingan (Ibikunle, et al., 2019). Penelitian yang dilakukan terhadap 58.405 warga di Belanda menunjukkan bahwa sepakbola indoor memiliki rata-rata insiden cedera yang lebih tinggi dari sepakbola luar ruangan dan basket mencapai 55 kejadian cedera setiap 10.000 jam (Schmikli et al., 2009) *Federation International Football Association* dan *Medical Assesment and Research Canter* mengembangkan program “11” dan “11+” untuk meningkatkan kekuatan dan mengurangi insiden cedera. Program ini menunjukkan hasil yang signifikan dalam pencegahan cedera olahraga.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Muhammad Misbah Chussurur pada tahun 2015 di kota Semarang terkait jenis lapangan futsal didapatkan hasil bahwa lapangan dengan konstruksi semen, rumput sintetis dan lantai kayu mengakibatkan cedera pada ekstremitas bawah pemain yaitu *sprain*, *strain*, *contusio*, *abrasi*, *vulnus*, *laserasi* dan cedera *mosculoskeletal* lainnya. Sedangkan lapangan yang beresiko tinggi tingkat cedera adalah lantai kayu. Penelitian yang dilakukan dilakukan pada 66 pemain didapatkan 93 kejadian cedera dan 20 diantaranya disebabkan oleh *over use* (Uluöz, 2016).

Penelitian mengenai tingkat pengetahuan cedera *sprain* pada tahun 2017 menunjukkan bahwa tidak semua pemain sepak bola memiliki pengetahuan yang cukup maupun baik terhadap pertolongan pertama cedera *sprain*. (Alfikri, 2017). Pada tahun 2016 terkait penanganan cedera *ankle* menunjukkan bahwa lebih dari setengah atlet yang diteliti kurang dalam pengetahuan mengenai cedera *ankle* (B. S. Nugroho & Ambardini, 2016).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 17 Oktober 2019 di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta didapatkan hasil bahwa UKM Futsal UNY dalam jangka waktu satu tahun mengikuti 3 kejuaraan futsal baik tingkat daerah maupun Nasional. Cedera yang sering dialami oleh pemain adalah 10 cedera muskuloskeletal antara lain *laserasi*, *contusions* dan cedera pergelangan kaki atau anggota gerak bawah.. Penanganan cedera awal biasanya di tangani oleh asisten pelatih namun jika memerlukan tindakan lebih lanjut pemain biasanya pergi ke Klinik UNY dan perawatan pribadi. Menurut pandangan Islam terdapat pada ayat 11 Surat Al-Mujadilah

أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

*Artinya: Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadaMu, “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis”, maka lapangkanlah, maka Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan “Berdirilah kamu” maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat dan Allah maha mengetahui terhadap apa yang kamu kerjakan.*

Ayat mengandung makna tentang keutamaan menuntut ilmu bahwa Allah SWT akan mengangkat derajat orang-orang yang beriman serta berilmu. Latar belakang tersebut dapat dilihat bahwa pengetahuan dalam menghadapi cedera olahraga sangatlah penting untuk pemain dan pelatih. Perawat memiliki dua peran penting dalam upaya promotif dan preventif. Upaya promotif dimaksudkan untuk meningkatkan kesehatan individu atau kelompok. Upaya preventif dilakukan untuk mengenali faktor-faktor resiko cedera dan mengurangi

resiko cedera baik individu atau kelompok. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian terkait pengetahuan terhadap cedera olahraga.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti ingin meneliti tentang pengetahuan kesiapan UKM futsal UNY dalam menghadapi cedera olahraga.

## **C. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengetahuan kesiapan UKM Futsal UNY meliputi pemain dan staff kepelatihan dalam menghadapi cedera olahraga.

## **D. Tujuan Khusus**

1. Mengetahui pengetahuan kesiapan pemain terkait cedera olahraga.
2. Mengetahui pengetahuan kesiapan pelatih dan pengurus terkait cedera olahraga.
3. Mengetahui pengetahuan kesiapan pemain, pelatih, dan pengurus terkait penanganan cedera olahraga.

## **E. Manfaat penelitian**

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengembangan kurikulum dalam bidang keperawatan utamanya pada penanganan *pre-hospital care*.

2. Untuk UKM Futsal

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi UKM Futsal untuk mengetahui pencegahan terjadinya cedera baik dari pemain, pelatih maupun sarana dan

prasarana yang digunakan selama latihan dan bertanding. Selanjutnya untuk mengetahui kesiapan pelatih pemain dalam penanganan cedera olahraga meliputi pengetahuan dan sarana prasarana yang ada.

#### **F. Penelitian Terkait**

1. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2017 yang berjudul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Unit Kegiatan Mahasiswa Sepak Bola UMY tentang Pertolongan Cedera Sprain”. Desain penelitian ini menggunakan descriptive non-eksperimen dengan metode survei dan mengumpulkan data dengan kuesioner yang melibatkan 32 responden menunjukkan bahwa 19 responden mempunyai pengetahuan yang cukup lalu diikuti oleh 9 orang yang sudah baik dalam pertolongan sprain serta yang terakhir adalah 4 orang yang kurang dalam penanganan cedera (Alfikri , 2017).
2. Penelitian yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Atlet Tentang Cedera Ankle dan Terapi Latihan di Persatuan Sepak Bola Telaga Utama”. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross-sectional* dengan metode survei seta data dikumpulkan dengan kuesioner yang dilakukan pada atlet klub PS Telaga Utama sebanyak 30 orang mendapatkan hasil bahwa lebih dari setengah atlet termasuk dalam kategori kurang (Nugroho & Ambardini, 2016).
3. Penelitian yang berjudul “Identifikasi Penanganan Cedera Pada Atlet Futsal Putri FIK UNIMED”. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik survei dan didapatkan hasil bahwa penanganan atlet futsal putri FIK UNIMED dalam penanganan cedera dengan indikator ringan masuk dalam

kategori “tinggi sekali” yaitu 10 orang dan pada cedera berat sebanyak 12 orang (Sari & Pulungan, 2019).

4. Penelitian yang berjudul “Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani tentang Penanganan Cedera Olahraga dengan Metode Protec RestIce Elevation suport (PRICES) di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulonprogo pada tahun 2017”. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik pengumpulan data menggunakan metode survei sebanyak 24 orang didapatkan hasil bahwa 11 orang memiliki pengetahuan yang sedang terkait penanganan cedera menggunakan PRICES (Susanti, 2017).
5. Penelitian yang berjudul “Pemahaman Personal Trainer Tentang Cedera Olahraga dan Program Penurunan Berat Badan Fitness Elite Club Epicentrum Jakarta” dengan metode survei dengan angket. Hasil dari penelitian ini adalah 9 *personal trainer* memiliki pengetahuan yang baik tentang cedera olahraga (Haryawan et al., 2018).