

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga permainan merupakan jenis olahraga yang sangat digemari dan sering dilakukan dikalangan masyarakat, salah satu diantaranya adalah permainan bola voli. Banyaknya peminat pada permainan bola voli di kalangan masyarakat secara tidak langsung terbentuklah suatu wadah pembinaan dan pengembangan olahraga permainan bola voli, dengan bentuk perkumpulan-perkumpulan olahraga atau disebut klub. Klub menjadi sarana dalam menyalurkan bakat dan minat masyarakat dalam bidang permainan bola voli.

Kota Bekasi merupakan Kota yang aktif dalam melakukan pembinaan bola voli melalui klub bola voli. Klub-klub bola voli di Kota Bekasi, merupakan wadah bagi masyarakat terutama remaja-remaja Kota Bekasi yang ingin berprestasi dalam olahraga bola voli. Melalui pembinaan klub yang aktif, Kota Bekasi termasuk salah satu dari sebagian kota di Jawa Barat yang memberikan atlet-atlet handalnya untuk ikut berkontribusi mengisi atlet-atlet bola voli untuk Pelatda Jawa Barat.

Keberhasilan pembinaan ini tentunya harus tetap dijaga dan ditingkatkan agar regenerasi atlet-atlet kota bekasi yang handal tidak terhenti. Dalam mendukung tujuan pembinaan klub maka diperlukan sebuah program yang lengkap agar atlet mampu meningkatkan kemampuan dan *performance* atlet sehingga dapat berprestasi lebih baik lagi. Pola pembinaan yang berjalan di klub-

klub kota Bekasi melalui program latihan rutin yang sudah ada pada umumnya, seperti latihan fisik, latihan teknik dan latihan taktik. Ketiga latihan ini dominan yang diterima oleh atlet pada saat ikut pembinaan di klub.

Atlet telah mengetahui akan manfaat yang diperoleh dari suatu program latihan fisik, teknik, maupun taktik. Upaya atlet dalam menghasilkan prestasi yang optimal, seorang atlet harus mempersiapkan semua faktor yang menunjang prestasi salah satunya tentang adanya kemungkinan terjadinya cedera olahraga. Cedera olahraga bisa terjadi kapan saja baik ketika berlatih ataupun bertanding. Ketika sudah terjadinya cedera pada akhirnya dapat mengganggu aktivitas olahraga tersebut dan kondisi demikian sangat tidak diinginkan oleh para atlet, karena dapat menghambat bahkan menghentikan karirnya dalam dunia olahraga. Terlepas dari hal itu, bahwa setiap atlet mestinya harus mampu mengetahui cedera-cedera yang dialaminya dan ini merupakan bagian yang penting dalam pembinaan olahraga khususnya bola voli.

Permasalahan cedera pada permainan bola voli sering kali terjadi, baik ketika berlatih maupun bertanding. Menurut Widyati, (2012) menjelaskan bahwa pemain bolavoli tidak lepas dari cedera. Cedera yang sering dialami adalah cedera otot, tendon, ligament dan persendian. Lebih lanjut menurut (Anas, 2019) banyak sekali masalah cedera yang timbul saat bermain bola voli, diantaranya yaitu: cedera pada jari tangan karena kesalahan saat pengambilan bola, nyeri pada lutut kaki karena terlalu banyak melompat, lecet pada siku karena melakukan gerakan *sliding* saat melakukan penyelamatan bola, cedera pada bahu karena sering melakukan *smash* yang keras saat melakukan serangan dan melakukan *block* saat

menahan serangan, cedera pada pergelangan kaki karena saat melakukan *smash* atau *block* mengalami jatuhnya yang kurang sempurna, dan cedera yang pernah terjadi sebelumnya.

Permasalahan-permasalahan cedera di atas, didukung oleh data penelitian yang dilakukan oleh (Jadhav, 2012) menjelaskan bahwa: Sebanyak 121 dari 144 pemain bola voli pernah mengalami cedera, dimana 36% cedera bersifat berulang. Keadaan yang paling sering menimbulkan cedera adalah *spiking* (33.70%), *blocking* (24.15%), *diving* (17.41%) dan *setting* (11.23%). *Spiking* adalah penyebab cedera yang paling umum. Lebih lanjut penelitian yang dilakukan oleh (Reitmayer, 2017:189) menjelaskan bahwa: pola cedera yang paling umum terjadi pada bola voli adalah keseleo pergelangan kaki dengan persentase 31,9%. Lutut adalah situs anatomi kedua yang paling banyak cedera, 17,38% dari cedera yang mempengaruhi sendi ini. Cedera tersering ketiga terjadi pada jari tangan 13,44%, diikuti oleh punggung bawah 12,38% dan trauma bahu 12,18%. Tangan terluka 6,97%, sedangkan luka lainnya ditemukan 5,25% kasus.

Hasil penelitian di atas merupakan cedera yang sering terjadi pada atlet dalam melakukan teknik gerakan permainan bola voli saat berada lapangan. Berdasarkan pengalaman dan hasil pengamatan peneliti, cedera pada atlet waktu di lapangan terjadi saat melakukan teknik gerakan *smash* dan *block*, *sliding* dan *setting*. Keempat teknik gerakan ini memiliki tingkat resiko cedera tinggi yang diakibatkan faktor kesalahan dan kelalaian atlet itu sendiri serta sarana prasarana lapangan yang tidak mendukung.

Gerakan atlet pada saat smash yang sering mengakibatkan terjadinya cedera diantaranya terjadi pada bagian bahu, kaki dan pinggang bagian bawah. Seringkali atlet berusaha ingin memukul smash dengan sangat keras tanpa memperhatikan posisi yang benar mengakibatkan bahu mudah mengalami cedera. Gerakan smash dilakukan secara berulang-ulang jika tidak didukung dengan kekuatan otot tangan yang baik maka akan mengakibatkan cedera. Cedera pada bagian kaki yang sering terjadi pada atlet bola voli ketika melakukan smash adalah ketika posisi mendarat. Jika posisi mendarat salah dan masuk ke area lapangan lawan seringkali mengakibatkan cedera pada bagian ankle dan lutut. Pada saat melakukan smash atlet harus melentingkan badan, jika fleksibilitas otot perut tidak baik maka atlet sering kali cepat cedera pada bagian pinggang bagian bawah.

Pada teknik block yang sering kali mengakibatkan atlet terkena cedera adalah pada bagian jari dan kaki. Dalam melakukan gerakan block, jika posisi tangan tidak tepat dengan arah bola dan jari tidak dikuatkan seringkali atlet mengalami cedera akibat smash keras dari lawan. Atlet dalam melakukan block berusaha membendung bola tanpa kontak dengan net dilakukan tidak hanya sendiri tetapi bersama rekan setim. Ketika posisi atlet saat mendarat tidak tepat seringkali atlet bertabrakan dengan tim sendiri dan tim lawan. Jika atlet melakukan block tidak dalam posisi ideal, seringkali saat melakukan pendaratan kaki masuk ke area lapangan lawan hal ini yang mengakibatkan atlet mengalami cedera pada bagian pergelangan kaki.

Teknik gerakan lainnya yang sering mengalami cedera pada saat di lapangan adalah *slidding dan setting*. Walaupun kedua teknik frekuensi tingkat cederanya kecil tapi termasuk cedera yang sering dialami atlet bola voli. Atlet berusaha menyelamatkan bola dengan cara *slidding*, jika gerakannya tidak sempurna atlet mengalami luka pada bagian pergelangan tangan, siku, kaki, dan pinggang. Seorang *setter* dalam melakukan umpan berusaha memberikan umpan yang terbaik kepada rekannya. Kualitas *receive* yang kurang bagus seorang *setter* berusaha menjangkau bola dengan maksimal agar menghasilkan variasi serangan yang baik. Hal ini seringkali mengakibatkan *setter* mengalami cedera pada bagian kaki dan tangan.

Berdasarkan pengamatan peneliti, dominan atlet-atlet klub di Kota Bekasi ketika mengalami cedera, penanganan yang dilakukan adalah dengan cara pemijatan dan penarikan pada daerah yang cedera. Bahkan masih ditemukan banyak para atlet tersebut sewaktu mengalami cedera yang sering terjadi di lapangan adalah langsung diberi tindakan urut atau pijat tradisional tanpa memperhatikan jenis cedera yang dialami. Cedera yang dialami apakah termasuk cedera ringan, sedang atau berat. Hal ini tentunya, jika dilakukan penanganan yang tidak tepat dikhawatirkan akan memperparah kondisi cedera yang dialami.

Ketika terjadi cedera dalam olahraga, khususnya cedera yang bersifat ringan seorang atlet dituntut mampu mengatasi dengan mandiri. Dominan di bola voli cedera yang terjadi sebagian besar termasuk cedera kategori ringan. Hal ini sesuai pendapat Widyati, (2012) menjelaskan bahwa 1) Cedera ringan yaitu sebanyak 32 orang atau sebesar 64%. 2) Penanganan cedera dengan seorang

pelatih yang mengalami cedera ringan yaitu sebanyak 23 orang atau sebesar 46%, untuk cedera sedang menggunakan tim medis yaitu sebanyak 16 orang atau 32%, dan cedera berat yaitu sebanyak 26 orang atau 52%.

Banyak faktor yang menyebabkan cedera tetapi atlet kurang mempunyai pengetahuan tentang pencegahan cedera, akibatnya cedera yang sebenarnya dapat ditangani menjadi terlanjur parah. Sebagai pelaku olahraga atlet memiliki resiko mengalami cedera saat melakukan aktivitas fisik, efek cedera juga berakibat fatal bagi seorang atlet, dimana atlet harus berhenti berlatih secara total. Cedera yang terjadi dapat menghambat atau menghentikan langkahnya untuk meraih prestasi yang lebih tinggi. Maka dari itu setiap atlet atau pelatih harus mempunyai bekal-bekal keilmuan dan keterampilan yang terkait dengan keolahragaan, salah satunya keterampilan yang harus dimiliki adalah pengetahuan tentang cedera olahraga dan bagaimana melakukan penanganan dan pencegahan cedera.

Hal di atas sesuai dengan pendapat Purba (2017) dalam kegiatan olahraga perlu adanya pengetahuan tentang cedera olahraga baik itu penyebab terjadinya cedera, cara pencegahan cedera serta terampil dalam penanganan cedera olahraga pada saat di lapangan. Penanganan cedera yang tepat pada saat cedera akut akan mempercepat proses penyembuhan dan menghindari terjadinya komplikasi yang lebih berat. Pertolongan pertama pada cedera olahraga sangat penting untuk diketahui, karena penanganan yang tepat pada saat cedera akut akan mempercepat proses penyembuhan dan menghindari terjadinya komplikasi yang lebih berat.

Upaya-upaya penanganan dan pencegahan cedera yang dapat dilakukan baik oleh atlet dan pelatih diantaranya pencegahan lewat keterampilan, pencegahan lewat latihan, pencegahan lewat makanan, pencegahan lewat *warming-up* dan *cooling-down*, pencegahan lewat lingkungan, pencegahan lewat pakaian, pencegahan lewat pertolongan dan pencegahan lewat pelatih itu sendiri. Pengetahuan tentang cedera olahraga, dapat menjadi antisipasi bagi seorang atlet dan pelatih dalam melakukan aktivitas sebagai pelaku olahraga, sehingga mereka dapat memberikan pertolongan pertama pada cedera dengan cepat dan tepat, dan dapat melakukan pencegahan terjadinya cedera baik untuk diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, dengan mengetahui cedera olahraga, pencegahan dan perawatan cedera, maka cedera pada atlet dapat diminimalisir. Sampai saat ini belum diketahui tingkat pengetahuan atlet tentang cedera pada klub kota Bekasi, sehingga peneliti merasa hal ini penting untuk diketahui agar proses pembinaan bola voli di klub kota Bekasi dapat berjalan lancar dan timbulnya cedera dapat diatasi seminimal mungkin. Berdasarkan paparan di atas peneliti tertarik mengadakan penelitian yang berjudul “Pengetahuan Atlet Tentang Cedera Olahraga pada Klub Bola Voli di Kota Bekasi.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Pembinaan klub bola voli di Kota Bekasi.

2. Pentingnya pengetahuan tentang cedera olahraga bola voli bagi atlet.
3. Belum diketahui pengetahuan atlet tentang cedera olahraga di klub-klub Kota Bekasi
4. Belum diketahui pengetahuan atlet tentang cedera olahraga
5. Rata-rata pengetahuan atlet tentang cedera olahraga.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka perlu pembatasan permasalahan supaya tidak lepas dari inti permasalahan sebenarnya, dan untuk keterbatasan peneliti baik waktu maupun biaya yang dikeluarkan. Peneliti membatasi permasalahan pada “pengetahuan atlet tentang cedera olahraga pada klub bola voli di Kota Bekasi”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu: “Bagaimana rata-rata skor pengetahuan atlet tentang cedera olahraga pada klub bola voli di Kota Bekasi?”

E . Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang cedera olahraga bagi atlet bola voli khususnya Kota Bekasi

- a. Memberikan sumbangan pengetahuan bagi yang akan memperdalam penelitian tentang cedera olahraga pada bola voli.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi atlet

Memberikan tambahan wawasan atau tambahan ilmu bagi atlet tentang cedera olahraga

b. Bagi Pelatih

Penelitian ini diharapkan sebagai acuan bagi pelatih dalam memberikan program latihan dengan mengetahui tingkat pengetahuan atlet tentang cedera olahraga.

c. Bagi Klub

Sebagai informasi yang dapat dijadikan sebagai data yang valid untuk membuat dan menentukan suatu kebijakan ataupun saat menyusun program peningkatan pengetahuan atlet dan pelatih tentang cedera olahraga

