

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Perkembangan dunia olahraga saat ini sangat pesat di Indonesia maupun di dunia internasional. Olahraga merupakan aktivitas jasmani yang sudah memasuki disemua aspek kehidupan baik kalangan usia anak-anak, remaja maupun usia lanjut. Selain itu, aktivitas olahraga pun telah merambah di dunia kerja, prestasi maupun pendidikan dengan tujuan agar mencerdaskan dan meningkatkan kualitas kesehatan baik jasmani maupun rohani seperti yang tercantum dalam Undang-Undang Dasar Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 Bab II pasal 4 yang berbunyi keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa (Setiani, A. F. E., 2015).

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang bertujuan untuk melatih kemampuan psikomotorik dan meningkatkan perkembangan manusia dengan menggunakan media aktivitas jasmani yang dipilih untuk merealisasikannya. Aktivitas pendidikan jasmani merupakan aktivitas yang biasanya dilakukan di luar ruangan atau kelas, macam aktivitas jasmani yaitu: bermain, olahraga, senam, dan lain-lain. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sangat berpotensi mendatangkan cedera karena karakteristiknya yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya yang

berlangsung di kelas. Selain itu aktivitas yang dilakukan dalam pelajaran penjas siswa biasanya melakukan kontak fisik secara langsung. Menurut (Taylor, 2002) terdapat 2 jenis cedera yang sering dialami yaitu cedera akut dan cedera kronis. Cedera akut adalah cedera olahraga yang terjadi saat olahraga berlangsung. Memberikan gejala dan tanda dalam waktu singkat, seperti rasa nyeri yang tajam, pembengkakan, dan keterbatasan gerak bagian tubuh yang cedera. Sedangkan cedera kronis adalah cedera yang timbul perlahan-lahan dan bersifat akumulasi. Keluhan dirasakan sedikit demi sedikit dengan intensitas keluhan yang bertambah. Cedera kronis disebabkan karena overuse (ketegangan), ketika terjadi pembebanan berlebihan pada bagian tubuh tanpa diimbangi *recovery* yang baik. Pembebanan tersebut tidak sebesar beban penyebab cedera akut, tapi terakumulasi pada jaringan yang berpotensi cedera. Selain itu terdapat beberapa faktor terjadinya cedera, menurut (Garrison, 2001) faktor penyebab terjadinya cedera olahraga adalah: (a) Faktor instrinsik yang meliputi: kelemahan jaringan, fleksibilitas, kelebihan beban, kesalahan biomekanika, kurangnya penyesuaian, ukuran tubuh, kemampuan kinerja, gaya bermain (b) Faktor ekstrinsik yang meliputi: perlengkapan yang salah, atlet lain, permukaan bermain, dan cuaca.

Menurut Azrul Ananda (2002: 20) sekitar 4 juta anak di AS setiap tahun dibawa ke Unit Gawat Darurat akibat cedera saat berolahraga. Untungnya, trauma yang mereka alami tak terlampau parah. Menurut data dari Akademi Bedah Ortopedi Amerika, sekitar 95% cedera olahraga yang dialami anak-anak meliputi luka iris, lecet, memar, cedera otot, dan beberapa kondisi serupa.

Kejadian seperti inilah kiranya yang menjadi penyebab ketidaksukaan beberapa orangtua pada olahraga.

Menurut Hamidie Ronald (2011:8) dalam Andri Hermawan (2015), kegiatan lain yang menyebabkan kecelakaan pada anak yaitu olahraga. Diketahui cedera olahraga adalah latihan (30%), kompetisi (35%), kelas penjaskes (20%), dan bermain informal (15%).

Berdasarkan data dan informasi Profil Kesehatan Indonesia tahun 2014, anak yang berusia 5-14 tahun berjumlah 48.740.345 jiwa atau sebesar 19,33% dari jumlah penduduk Indonesia sedangkan, pada anak berusia 15-19 tahun berjumlah 22.150.703 jiwa atau sebesar 8,7% dari jumlah penduduk Indonesia. Sedangkan data menurut Badan Pusat Statistik bahwa jumlah penduduk pada tahun 2015 pada usia 0-14 tahun berjumlah 69.857.406 atau sebesar 27,34% dan jumlah anak-anak dan remaja di Indonesia diperkirakan sudah mencapai 70 juta jiwa lebih atau sebesar 28%. Data tersebut menunjukkan bahwa kelompok anak usia sekolah merupakan kelompok yang cukup besar dalam masyarakat. Jumlah anak yang bersekolah di Indonesia sebanyak 6.354.625 jiwa atau sebesar 78%. Di Indonesia cedera akibat olahraga dapat disebabkan oleh faktor dari dalam dan faktor dari luar. Kecelakaan yang terjadi dalam proses pembelajaran penjas disebabkan oleh kurangnya kepemimpinan, alat-alat yang tidak layak pakai, perilaku murid yang tidak dapat dipertanggungjawabkan, keterampilan yang tidak memadai, kondisi fisik yang tidak baik, dan risiko yang terdapat dalam kegiatan tersebut (Hutasoit, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode PRICES (Protect Rest Ice Compression Elevation Support) di SMA/MA Negeri seKabupaten Kulon Progo Tahun 2017 yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 12,5%, kategori tinggi sebesar 37,5%, kategori sedang sebesar 45,8%, kategori rendah sebesar 4,2%, kategori sangat rendah sebesar 0%. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode PRICES (Protect Rest Ice Compression Elevation Support) di SMA/MA Negeri seKabupaten Kulon Progo sebagian besar masuk kategori sedang. (Susanti, 2018)

Dalam hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa banyak kasus cedera yang terjadi karena proses pembelajaran olahraga pada siswa SMA/SMK di kota Pangkalpinang. Peneliti sendiri pernah melakukan survei ke salah satu sekolah yaitu SMAN 1 Pangkalpinang pada saat pembelajaran penjas berlangsung di lapangan. Melihat adanya siswa ketika pembelajaran penjas dengan materi futsal, kemudian ada kejadian dimana salah satu siswa mengalami cedera lalu guru tersebut menganjurkan untuk memberi obat yang berupa salep penghangat sedangkan dalam aturan pertolongan pertama dan pencegahan cedera olahraga di terapkan teknik *RICE (Rest, Ice, Compress, dan Elevation)*. Jika siswa tersebut melakukan anjuran dari guru, maka akan mengalami pembengkakan otot yang terjadi karena pelebaran pembuluh darah, menurut (Wibowo, 2008) pembuluh darah di lokasi cedera akan melebar (vasodilatasi) dengan maksud mengirim lebih banyak nutrisi dan oksigen dalam rangka mendukung penyembuhan.

Disisi lain, sarana dan prasarana juga mempengaruhi kelancaran dan keselamatan pembelajaran penjas di sekolah menengah atas. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, sangat dibutuhkan oleh siswa sekolah menengah atas. Dengan adanya penjas, diharapkan siswa memiliki kesehatan jasmani yang baik. Sehingga dapat menunjang perkembangan (fisik dan mental), serta aktivitas siswa dalam menerima materi pembelajaran yang lain. Berhasil atau tidak proses tersebut, dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain; guru penjas, siswa, dan sarana prasarana.

Guru memiliki peran penting dalam melaksanakan pembelajaran penjas di Sekolah Menengah Atas. Pembelajaran harus disiapkan dengan matang oleh guru. Seorang guru penjas juga harus memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam upaya penanganan pertama cedera olahraga dalam pembelajaran. Cedera merupakan suatu tenaga yang berlebih atau terlalu berat dalam beraktifitas sehingga menimbulkan rasa sakit, cacat, atau rasa nyeri lainnya. Kesalahan dalam menangani kecelakaan dapat mengakibatkan cedera kepada siswa. Cedera harus ditangani dengan benar. Apabila terjadi kesalahan dalam penanganan cedera, dapat menimbulkan cedera semakin parah bahkan kematian. Hal ini dikarenakan, masih ada siswa yang mengabaikan peraturan yang telah ditentukan contohnya tidak menggunakan seragam dan sepatu yang sesuai dengan pemakaian dan jenisnya, berlatih seni bela diri tanpa pengawasan dari guru ataupun orang dewasa. Selain itu, masih ada beberapa siswa yang tidak membawa minum pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung dan tidak sarapan sebelum berangkat kesekolah, sehingga pada

proses pembelajaran pendidikan jasmani mudah terjadi cedera seperti lemas dan pingsan. Kemudian ada juga siswa yang melakukan aktivitas secara berlebihan sehingga merasa selalu bisa melakukan apa yang diinstruksikan oleh guru. Tanpa menyadari kemungkinan akan terjadi kecelakaan ketika berolahraga.

Pengetahuan tentang cara-cara pertolongan pertama dan pencegahan cedera olahraga bagi guru penjas sangatlah penting dimiliki karena pada dasarnya cedera yang dialami oleh siswa pada saat pembelajaran penjas berlangsung akan segera dapat ditangani oleh guru penjas tanpa harus langsung menuju rumah sakit ataupun pihak ahli dalam penyembuhan cedera. Penanganan pertama yang dilakukan oleh guru dapat meredakan cedera yang dialami oleh siswa yang mengalami itu, penanganan yang salah saat pertama kali ditanganani dapat berakibat buruk di kemudian hari.

Semua guru penjas yang baik itu memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan pertolongan pertama dan pencegahan cedera olahraga. Karena di setiap jenjang pendidikan yang telah di tempuh seharusnya terdapat mata kuliah Pertolongan Pertama dan Pencegahan Cedera Olahraga (PPCO), yang dimaksud untuk menambahkan materi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Baik itu berupa teori maupun praktek di lapangan, sehingga guru penjas mampu mengatasi dengan benar masalah yang terjadi pada siswa yang cedera.

Mengacu pada kondisi diatas, dalam penelitian ini penulis mengangkat masalah tentang tingkat pengetahuan guru penjas mengenai penanganan pertama cedera olahraga. Dikarenakan beberapa guru sudah mulai lupa dengan hal dasar

dalam penanganan pertama saat terjadi cedera olahraga. Sehingga peneliti merasa hal ini penting untuk diketahui agar pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dapat berjalan lancar dan timbulnya cedera dapat diatasi seminimal mungkin. Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik mengadakan penelitian yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Guru Penjas Mengenai Penanganan Pertama Cedera Olahraga Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Sebuah penelitian tidak terlepas dari permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut untuk diteliti, dianalisis dan dipecahkan, setelah diketahui dan dipahami latar belakang masalahnya. Maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Pembelajaran penjas beresiko mendatangkan cedera.
2. Seberapa besarkah pengetahuan guru penjas mengenai cedera olahraga?
3. Seberapa besarkah pengetahuan guru penjas mengenai penanganan pertama cedera olahraga yang benar?
4. Seberapa besarkah tingkat pengetahuan guru penjas di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang mengenai penanganan pertama cedera olahraga?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan agar permasalahan lebih fokus maka dibatasi permasalahannya pada tingkat pengetahuan guru mengenai penanganan pertama cedera olahraga pada saat proses pembelajaran PENJAS di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.

### **D. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka masalah yang dapat dirumuskan adalah “Seberapa besarkah tingkat pengetahuan guru penjas mengenai penanganan pertama cedera olahraga di SMA/SMK se-Kota Pangkalpinang?”.

### **E. Manfaat Penelitian**

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

1. Manfaat Teoritis
  - a) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.
  - b) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan masalah-masalah tingkat pengetahuan guru penjas mengenai penanganan pertama cedera olahraga.

## 2. Manfaat Praktis

### a) Bagi penulis

Penelitian ini sangat bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan baru tentang penanganan pertama cedera olahraga.

### b) Bagi Guru

Penelitian ini memberikan informasi terkait pengetahuan mengenai penanganan pertama cedera olahraga, sehingga guru dapat mengetahui penanganan apa saja yang harus dilakukan pada saat siswa/siswi yang sedang mengalami cedera olahraga dengan benar dan mengusahakan pengajaran yang lebih tepat dan lebih memperhatikan lagi pendidikan keselamatan untuk mengurangi resiko terjadinya cedera dalam pembelajaran.

### c) Bagi sekolah

Penelitian ini memberikan kontribusi supaya dapat mempersiapkan sarana dan pasarana yang lebih baik agar dapat meminimalisir terjadinya cedera dan dapat memfasilitasi jika terjadi cedera.