

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penggiat Alam adalah golongan orang-orang yang bertanggung jawab terhadap kelestarian alam. Definisi tersebut mengandung arti bahwa Penggiat Alam betul-betul sarat dengan tugas dan kewajibannya sebagai seorang Pecinta alam. Apabila seseorang telah “memproklamirkan” dirinya sebagai Penggiat Alam, haruslah betul-betul memahami tugas dan kewajibannya tersebut. Adapun tujuan seorang Penggiat Alam adalah Pendekatan diri pada Tuhan dan menikmati serta menjaga kelestarian alam.

Pecinta alam atau pencinta alam adalah istilah yang dipergunakan untuk kelompok-kelompok yang bergerak di alam bebas, pada bidang petualangan, lingkungan hidup dan konservasi alam, pendidikan maupun kemanusiaan. Di Indonesia istilah ini merujuk pada kelompok yang bergerak di bidang petualangan alam bebas, seperti mendaki gunung, ekspedisi ke belantara, panjat tebing, arung jeram, susur gua, penyelaman bawah laut dan bertualang dengan perahu layar.

Sejarah Pecinta Alam di Indonesia adalah dengan terbentuknya "Perkumpulan Petjinta Alam", di prakarsai oleh Awibowo pada bulan Oktober tahun 1953 di Yogyakarta. Kemudian istilah Pecinta Alam dipopulerkan oleh para mahasiswa di Universitas Indonesia. Mapala

UI pada tahun 1964. Para tokohnya seperti Soe Hok Gie, Herman Lantang, Aristides Katopo, dll. Setelah itu perkembangan kelompok-kelompok pecinta alam berkembang sangat pesat.

Aktivitas fisik menuntut pelakunya untuk bekerja lebih berat. Salah satu jenis aktivitas fisik yang membutuhkan kerja ekstra adalah olahraga. Kegiatan olahraga sangat rentan terjadi cedera akibat berbagai macam faktor internal dan eksternal. Olahraga merupakan suatu aktivitas untuk mendapat kebugaran jasmani yang dapat meningkatkan kemampuan fisik, prestasi maupun rekreasi. Pada saat melakukan kegiatan fisik bukan tidak mungkin dapat terjadi cedera apabila tidak dilakukan dengan benar.

Saat ini kegiatan sebagai relawan maupun penggiat alam seperti mendaki gunung merupakan salah satu kegiatan yang digemari dari berbagai kalangan, disamping kegiatan tersebut termasuk kegiatan yang beresiko tinggi terjadinya kecelakaan tak terduga. Kegiatan mendaki gunung dapat mengacu pada berbagai arah perkembangan kegiatan pecinta alam seperti: penjelajahan, lingkungan hidup, prestasi, penelitian, pengabdian masyarakat, olahraga, rekreasi maupun pendidikan.

Namun sangat disayangkan, sebagian besar dari mereka berangkat tanpa pembekalan yang matang. Tidak semua pendaki maupun penggiat alam sudah berpengalaman dan mengetahui teori dasar prosedur standar yang harus dilakukan saat melakukan kegiatan di alam, seperti halnya yang harus diperhatikan bagi penggiat alam mengenai aspek *survival* ataupun

bertahan hidup di alam terbuka, pengetahuan mengenai asupan gizi yang dimana bisa menunjang kegiatan secara fisik dari dalam tubuh, juga mengenai alat dan sarana yang harus dimiliki untuk menunjang kegiatan yang dimana diperlukan alat dan sarana yang memadai, maupun pengetahuan mengenai teknik dalam pendakian, tak lupa juga persiapan sebelum melakukan kegiatan yaitu persiapan fisik dengan latihan tertentu untuk menunjang daya tahan tubuh dengan baik, dan dalam segi keamanan medis tentang pengetahuan pencegahan dan penanganan cedera olahraga (PPCO).

Kaitannya dengan hal tersebut, banyak terbentuk kelompok maupun organisasi/komunitas yang mawadahi minat dan bakat masyarakat dalam berkegiatan di alam bebas. Masing-masing dari mereka memiliki pola kaderisasi dan strategi sosialisasi masyarakat yang berbeda-beda sesuai dengan idealisme pendirinya masing-masing. Kaderisasi berkaitan dengan sistem, sistem melahirkan proses yang didalamnya terdapat latihan serta pembelajaran.

Diklatsar sendiri memiliki resiko yang tinggi dikarenakan membutuhkan kekuatan mental dan fisik yang lebih. Dimana instruktur dan peserta akan diuji sampai batas kemampuan fisik dan mental mereka, dimana akan diuji oleh alam maupun makhluk hidup yang lain. Ketika mental dan fisik telah lelah menyebabkan konsentrasi menjadi berkurang bukan tidak mungkin cedera bisa terjadi.

Ketika cedera terjadi sebagian masalah bisa diatasi ditengah perjalanan, sedangkan mengharuskan korban dibawa ke wilayah pemukiman untuk mendapat perawatan kesehatan. Akan tetapi jarak ditengah hutan belantara jauh dari jangkauan medis ataupun rumah sakit akan menyebabkan hal fatal jika tidak segera mendapat pertolongan pertama. Hal ini mengharuskan para penggiat alam harus mengetahui dan paham akan tindakan medis seperti PPCO. Tindakan baik dan benar akan mengurangi terjadinya cedera yang lebih parah yang berakibat buruk bagi korban.

Pertolongan pertama merupakan tindakan pertolongan yang diberikan terhadap korban dengan tujuan mencegah keadaan bertambah buruk sebelum si korban mendapatkan perawatan dari tenaga medis resmi. Oleh karena itu, sangatlah penting untuk Anggota Gemawana Indonesia memiliki pengetahuan tentang PPCO untuk menjalankan kegiatan alam bebas.

Hal ini yang mendorong penulis ingin membahas tentang *“Pengetahuan Penanganan Dan Pencegahan Cedera Olahraga (PPCO) pada anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia”*

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka dapat di identifikasikan beberapa masalah sebagai berikut :

1. Pengetahuan mengenai *survival* anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia pada saat melakukan penjelajahan alam maupun berkegiatan di alam terbuka.
2. Pengetahuan mengenai asupan gizi anggota Komunitas Penggiat Alam sebagai faktor internal dalam menunjang kegiatan pada saat melakukan penjelajahan alam maupun berkegiatan di alam terbuka.
3. Alat dan sarana yang dimiliki anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia yang memadai untuk menunjang kegiatan dalam menjelajahi alam.
4. Pengetahuan dalam teknik pendakian yang tepat yang dilakukan oleh pada anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia.
5. Persiapan secara fisik dengan latihan yang dilakukan oleh pada anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia.
6. Pengetahuan anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia anggota tentang Penanganan Dan Pencegahan Cedera Olahraga (PPCO) sebelum dan ketika melakukan kegiatan di alam terbuka.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, dalam penelitian ini perlu dibatasi agar dalam penelitian tidak terjadi salah penafsiran atau meluasnya penjabaran yang diteliti, maka pada penulisan ini hanya mencakup : *“Pengetahuan Dan Pencegahan Penanganan Pencegahan Cedera Olahraga (PPCO) pada anggota Komunitas Penggiat Alam Gemawana Indonesia”*

D. Perumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan pencegahan penanganan dan pencegahan cedera olahraga (PPCO) pada anggota Komunitas Pnggiat Alam Gemawana Indonesia pada saat maupun latihan sebelum melakukan penyelamatan maupun kegiatan dialam?
2. Berapa tingkat rata-rata pengetahuan pencegahan penanganan dan pencegahan cedera olahraga (PPCO) pada anggota Komunitas Pnggiat Alam Gemawana Indonesia?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Penulis berharap hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai berikut :

1) Secara Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai pengetahuan pencegahan penanganan dan pencegahan cedera olahraga (PPCO) dan mengetahui tingkat pengetahuan guna mengevaluasi seberapa manfaat bagi anggota sekaligus bagi perkembangan keilmuan dunia pendakian.

2) Secara Praktis

1. Bagi penulis, melalui penelitian ini dapat mempelajari tentang bagaimana mencegah dan menangani cedera olahraga yang terjadi saat melakukan ekspedisi pendakian maupun penyelamatan.

2. Bagi organisasi/komunitas, hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dalam mencegah terjadinya cedera olahraga sebelum melakukan aktifitas di alam terbuka dan mengetahui penanganannya.
3. Bagi atlet olahraga alam, hasil penelitian ini dapat menjadi langkah awal untuk mencegah terjadinya cedera olahraga untuk persiapan sebelum latihan maupun saat tanding.
4. Bagi penggiat alam terbuka, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi mengenai persiapan fisik agar memiliki daya tahan yang baik sebelum melakukan pendakian serta bagaimana penanganannya bila cedera terjadi.

