

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh banyak kalangan, dari anak-anak, remaja hingga orang dewasa. Selain dapat menyehatkan badan, permainan ini juga mengandung banyak manfaat, diantaranya menumbuhkan sikap sportif, mengembangkan kepribadian sosial, serta melatih bakat, minat dan keterampilan. Menurut Halim, futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing beranggota 5 orang. Tujuannya untuk memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki. Permainan Futsal , permainan sejenis sepak bola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran kecil (Gumantan, Fahrizqi , 2020).

Sport Injuries atau cedera olahraga menurut (Komaini, 2012) adalah segala macam bentuk cedera yang timbul, baik pada waktu latihan, maupun pada waktu berolahraga (bertanding), atau pun sesudah pertandingan. Cedera yang dialami oleh pemain futsal menunjukkan paling tinggi pada bagian ekstremitas bawah 47.18%, cedera pada bagian ekstremitas atas 19.01%, cedera pada bagian togok 18.31%, dan pada bagian kepala sebanyak 15.49% (Wahyu, 2013). Cedera ini biasanya terjadi pada saat program latihan maupun saat pertandingan. Ada 2 jenis cedera yang kerap kali dialami yaitu

trauma akut ialah trauma yang di dapat secara mendadak dan langsung seperti luka gores, robek pada tali ikat sendi / ligament, bahkan patah tulang akibat dari terjatuh. Kedua yaitu *Overuse syndrome* yaitu suatu cedera ringan namun mengalami gerakan yang terus berulang dan tentunya berlebihan dalam jangka waktu lama sehingga membuat cedera semakin parah (Taylor& Taylor, 2002).

Penanganan pertama untuk mengatasi cedera sangatlah penting dalam olahraga futsal, karena dapat menolong dan mengatasi cedera pada pemain. Penanganan pertama cedera olahraga ini sangat penting, akan tetapi ada dampak yang buruk jika dalam melakukan penanganan pertama dengan metode yang salah seperti contoh jika terjadi peradangan penanganan pertamanya justru diberikan dengan yang menimbulkan panas seperti balsem atau koyo perlakuan itu akan menambah parah peradangan karena pembuluh darah akan pecah dan semakin melebar peradangannya. Selain itu dislokasi, kerusakan bagian otot atau tendon (*strain*), cedera pada ligamentum (*sprain*), dan kram yang seharusnya pemain diistirahatkan tetapi dibiarkan untuk bermain, karena sangat pentingnya penanganan pertama dengan metode RICE.

Ekstrakurikuler SMA Rimba Madya Kota Bogor sangat beragam dan terbagi menjadi 2 jenis yaitu ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non olahraga. Ekstrakurikuler olahraga di SMA Rimba Madya meliputi futsal, voli, bulu tangkis, tarung derajat, basket, dan karate. Sedangkan non olahraga meliputi teater, band, seni tari, karya ilmiah, pramuka, dan paskibra.

Siswa yang mempunyai minat di bidang tertentu dapat menyalurkannya melalui kegiatan ekstrakurikuler untuk mengoptimalkan potensi dan bakatnya. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di SMA Rimba Madya dilakukan pada setiap hari senin sampai sabtu dengan cara bergantian. Jam pelaksanaannya adalah setelah pulang sekolah yaitu pukul 15.30 WIB sampai 16.30 WIB, ekstrakurikuler futsal di SMA Rimba Madya mendapatkan jadwal pada hari Rabu dan Jum'at.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan penulis di lingkungan sekolah SMA Rimba Madya pada saat ekstrakurikuler futsal berlatih dijumpai ada beberapa atlet yang mengalami cedera. Ketika cedera terjadi masih ada beberapa atlet yang tidak mengerti tentang penanganan cedera menggunakan metode RICE, terlihat dari tahapan yang mereka lakukan masih ada yang kurang tepat dalam mengimplementasikannya.

Berdasarkan uraian di atas penulis melakukan penelitian terhadap siswa anggota ekstrakurikuler SMA Rimba Madya yang berfokus pada "Profil Tingkat Pemahaman Mengenai Metode RICE pada Atlet Tim Futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor". Penelitian ini dimaksudkan agar mengetahui seberapa paham atlet terhadap penanganan pertama metode RICE saat berlatih maupun bertanding.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi

berbagai permasalahan sebagai berikut:

1. Masih kurangnya pemahaman tentang penanganan pertama cedera olahraga pada atlet tim futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor.
2. Penerapan metode RICE pada atlet tim futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor yang masih kurang tepat.
3. Kurang tersedianya perlengkapan P3K saat latihan maupun pertandingan.
4. Tidak adanya tim medis yang mendampingi selama latihan atau bertanding.
5. Masih terdapat beberapa atlet yang memaksakan berlatih maupun bertanding ketika mengalami cedera.

C. Pembatasan Masalah

Dari masalah yang telah diidentifikasi, penulis akan membatasi masalah pada penelitian ini yaitu bagaimanakah Tingkat Pemahaman Mengenai Metode RICE Atlet Tim Futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas maka dapat dirumuskan yang akan diteliti adalah Seberapa Besar Tingkat Pemahaman Mengenai Metode RICE Pada Atlet Tim Futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor?

E. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, maka kegunaan penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui tingkat pemahaman mengenai metode RICE atlet tim

futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor secara menyeluruh.

2. Memberikan pengetahuan kepada atlet tim futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor pentingnya penggunaan metode RICE saat melakukan penanganan pertama cedera olahraga.
3. Memberikan pengetahuan kepada atlet tim futsal SMA Rimba Madya Kota Bogor tentang bahaya cedera apabila ditangani dengan cara yang salah.
4. Memperkaya wawasan tentang metode RICE sebagai evaluasi program latihan dan upaya pencegahan cedera bagi pemain.

