

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kegiatan olahraga pada saat ini membuat para pencinta olahraga bersemangat dalam melakukan aktifitas olahraga. Berbagai macam aktifitas berolahraga yang telah hadir dalam kehidupan saat ini.

Seseorang yang melakukan kegiatan olahraga disarankan tidak salah arah atau tidak mengalami cedera yang cukup tinggi. Karena cedera olahraga dapat mematahkan semangat seseorang untuk berolahraga lagi. Padahal olahraga itu sangat penting untuk kesehatan, kebugaran tubuh dan ketenangan hati. Dengan berolahraga dapat mengurangi berbagai macam penyakit yang akan menyerang seseorang baik saat sudah lansia maupun saat muda.

Para penggemar, pegiat, atau profesional olahraga perlu dan tentu harus mengetahui bagaimana cara mencegah atau penanggulangan cedera pada olahraga. Cedera olahraga merupakan suatu cedera yang terjadi saat melakukan aktifitas olahraga, aktifitas yang dilakukan seperti olahraga extreme dan bisa juga terjadi pada kegiatan olahraga rekreasi, baik saat bermain modifikasi permainan, melakukan permainan *Flying Fox*, atau saat

sedang melakukan kegiatan permainan kecil. Kejadian ini sangat ditakuti oleh diri sendiri maupun orang lain.

Cedera bisa datang kapan saja diakibatkan salah satunya karena kurang adanya pemanasan saat melakukan kegiatan olahraga. Cedera akibat olahraga paling sering kita temui dikalangan umum. Biasanya itu terjadi akibat tidak mengikuti prosedur dan menganggap remeh saat melakukan kegiatannya. Hal ini tidak menutup kemungkinan akan mengalami cedera olahraga.

Resiko terjadinya cedera berbeda-beda antara satu aktifitas sehari-hari dan kegiatan olahraga lainnya, dengan tingkat cedera yang berbeda pula. Bagaimanapun seseorang yang mengalami cedera harus ditangani dengan seksama, karena dampak cedera pada seseorang bergantung pada karakteristik orang tersebut. Selain itu cedera olahraga tidak hanya memberikan dampak pada kondisi fisik saja melainkan pada kondisi psikologis seseorang.

Rasa cemas dalam cedera tidak hanya datang pada korban cedera saja melainkan keluarga, kerabat dan seluruh orang yang dekat pada korban, serta seseorang yang sedang melakukan kegiatan olahraga juga turut merasakan kecemasan. Dalam menangani cedera olahraga perlu adanya proses untuk menangani masalah pada cedera olahraga tersebut. Untuk menangani cedera olahraga perlu adanya manajemen cedera olahraga dan apa saja yang akan dilakukan untuk menangani cedera olahraga tersebut.

Manajemen cedera olahraga adalah sebuah proses yang kompleks yang dimulai dengan mengidentifikasi penyakit yang tepat. Karena tanpa mengidentifikasi secara tepat, keseluruhan proses penanganan akan salah arah.

Sebelum itu seseorang harus mengenali beberapa macam cedera meliputi: cedera otot, cedera persendian, cedera tulang, cedera kulit dan cedera lainnya. Supaya memudahkan para atlet atau seseorang dalam menangani cedera tersebut. Beberapa kasus cedera, bisa diidentifikasi melalui pemeriksaan secara fisik saja, namun pada kasus lain bisa diperiksa menggunakan alat medis. Selain dalam proses identifikasi, manajemen cedera olahraga di lanjutkan dengan penyusunan program rehabilitasi yang bersifat menyeluruh.

Penanggulangan cedera dan mengobati cedera kembali seperti normalnya tidaklah mudah perlu adanya proses-proses dan tahapan-tahapan. Beberapa orang tidak mengetahui seberapa bahayanya cedera pada seseorang. Biasanya mereka hanya pergi ke tempat ahli patah tulang, padahal cedera karena kegiatan olahraga harus di tindak lanjuti lebih serius secara medis.

Asumsi inilah peneliti mencoba untuk mengevaluasi program manajemen cedera olahraga, dimana dalam kegiatan olahraga perlu adanya manajemen cedera olahraga ini bertujuan untuk mengurangi resiko yang terjadi saat melakukan kegiatan olahraga seperti olahraga extreme maupun

olahraga rekreasi. seseorang menanggapi bahwa cedera olahraga itu berbahaya dan harus ditindak lanjuti secara serius dengan para ahli secara medis maupun dokter-dokter spesialisnya. Dengan bertujuan tidak lagi para korban cedera dibawa ke dukun patah tulang melainkan ke klinik resmi secara aturan dan sesuai medis.

Klinik kedokteran olahraga pertama dan satu-satunya di Indonesia adalah Indonesia Sports Medicine Centre (ISMC), klinik tersebut menawarkan sentuhan medis, ISMC terletak di Jakarta Pusat, tepatnya di jalan Pintu V Gelora Bung Karno, Sports Complex, Golf Driving Range. ISMC memiliki berbagai macam program salah satunya adalah manajemen cedera olahraga

Tujuan utama manajemen cedera olahraga di ISMC bukan hanya menghilangkan gejala dan rasa sakit sesaat, tapi bagaimana mengembalikan kemampuan seseorang yang mengalami cedera kembali ke aktifitas normalnya. Untuk itu, ISMC menyediakan *Functional Rehabilitation Programs* (Program Rehabilitasi Fungsional) dimana program ini salah satu bagian dari Manajemen Cedera Olahraga.

Akhirnya, penerapan program ini pada pasien cedera akan menurunkan risiko terjadinya cedera di kemudian hari. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui apakah dengan melakukan evaluasi terhadap program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan berjalan dengan baik dan berpengaruh terhadap masyarakat, pasien dan seseorang yang melakukan kegiatan olahraga.

## **B. Fokus Penelitian**

Evaluasi program pelaksanaan manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan. banyak permasalahan yang dapat digali. Karena keterbatasan dengan datangnya berbagai macam kendala sementara peneliti harus melakukan penelitian secara mendalam, maka peneliti perlu menetapkan fokus penelitian yaitu “Evaluasi Program Manajemen Cedera Olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan”.

Fokus tersebut peneliti menetapkan sub-fokus sebagai berikut:

1. Latar kebutuhan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan.
2. Proses pelaksanaan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan.
3. Pencapaian hasil pelaksanaan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan.
4. Dampak pelaksanaan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan pada kegiatan olahraga rekreasi.

## **C. Rumusan Masalah**

Dengan adanya latar belakang dan fokus penelitian, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut. Bagaimanakah pelaksanaan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan?

#### **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Kegunaan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Meningkatkan kemajuan pelaksanaan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre Senayan.
2. Sebagai bahan pertimbangan dalam perkembangan program manajemen cedera olahraga di Indonesia Sports Medicine Centre.