

PENDAHULUAN

Pecinta alam merupakan sebuah kata yang memiliki artian luas. Apabila kita menelusuri asal katanya, ‘pecinta’ berarti orang yang mencintai atau cinta terhadap sesuatu, dan ‘alam’ dapat diartikan segala sesuatu yang ada disekitar kita. Lalu dapatkah dikatakan bahwa pecinta alam adalah orang yang mencintai alam semesta beserta segala isinya.

Bagaimana pula dengan mereka yang memiliki hobi berpetualang di alam bebas. Dapatkah mereka disebut pecinta alam. Hal tersebut menciptakan banyak pandangan mengenai apa sebenarnya makna pecinta alam dan belum ada teori konkret yang membahas definisi pecinta alam.

Di Indonesia, yang dikatakan pecinta alam adalah pendaki gunung, penelusuran goa, pengarungan sungai, pemanjatan tebing serta aktifitas lingkungan hidup. Istilah ini pertama kali diperkenalkan oleh WANADRI dan Mahasiswa Pecinta Alam Universitas Indonesia (Mapala UI), merupakan organisasi yang bergerak dibidang kegiatan alam bebas.

Maka pandangan umum di Indonesia mengatakan bahwa pecinta alam adalah orang-orang yang mencintai alam beserta isinya, dan yang mencintai petualangan alam bebas. Salah satu ragam bentuk kegiatan pecinta alam adalah mendaki gunung.

Mendaki gunung merupakan salah satu kegiatan yang digemari oleh berbagai kalangan disamping kegiatan tersebut termasuk dalam kegiatan yang beresiko tinggi. Kegiatan mendaki gunung dapat mengacu pada berbagai arah perkembangan kegiatan pecinta alam seperti: penjelajahan, lingkungan hidup, prestasi, penelitian, pengabdian masyarakat, olahraga, rekreasi maupun profesi.

Namun sangat disayangkan, sebagian besar dari mereka berangkat tanpa pembekalan yang matang. Tidak semua pendaki gunung sudah berpengalaman dan mengetahui teori dasar prosedur standar yang harus dilakukan saat mendaki, contohnya dalam segi keamanan, tentang pengetahuan pertolongan pertama cedera olahraga (PPCO) dan teknik hidup alam bebas (THAB).

Kaitannya dengan hal tersebut, banyak terbentuk kelompok maupun organisasi 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 di dalamnya terdapat latihan serta pembelajaran.

Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam (KMPA) Eka Citra UNJ adalah organisasi Kemahasiswaan di bawah naungan Universitas negeri Jakarta (UNJ) yang mawadahi dan mengakomodir minat mahasiswa UNJ dibidang petualangan alam bebas serta pengembangan keahlian (Skill) untuk berkegiatan di alam bebas. Karena Berkegiatan di alam bebas memiliki resiko yang cukup tinggi bila tidak disertai penguasaan teknik khusus untuk berkegiatan di Alam Bebas.

Salah satu syarat awal menjadi anggota KMPA Eka Citra UNJ adalah mengikuti Pendidikan dan Latihan Dasar (DIKLATSAR). Diklatsar adalah suatu kegiatan penerimaan anggota baru yang di selenggarakan oleh KMPA Eka Citra yang bertujuan sebagai pengkaderan mahasiswa umum yang mendaftar menjadi anggota sebagai syarat menjadi anggota muda.

Diklatsar sendiri memiliki resiko cukup tinggi dikarenakan membutuhkan kekuatan mental dan fisik yang lebih, dimana instruktur dan peserta akan diuji sampai batas kemampuan fisik dan mental

mereka, yang mana akan diuji oleh alam ataupun makhluk hidup lain. Ketika fisik dan mental telah lelah yang menyebabkan konsentrasi menjadi berkurang bukan tidak mungkin cedera bisa terjadi. Ketika cedera terjadi sebagian masalah bisa diatasi ditengah perjalanan, sedangkan mengharuskan korban dibawa kewilayah pemukiman untuk mendapat perawatan kesehatan.

Akan tetapi jarak ditengah hutan belantara jauh dari jangkauan medis ataupun rumah sakit akan menyebabkan hal yang fatal jika tidak segera mendapat pertolongan pertama hal ini mengharuskan seorang pecinta alam ataupun mahasiswa pecinta alam harus mengetahui ataupun paham akan tindakan medis seperti pertolongan pertama cedera tindakan yang 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 korban mendapatkan perawatan dari tenaga medis resmi. Jadi tindakan Pertolongan Pertama ini bukanlah tindakan pengobatan sesungguhnya dari suatu diagnosa penyakit agar si penderita sembuh dari penyakit yang dialami.

Pertolongan Pertama biasanya diberikan oleh orang-orang disekitar korban yang diantaranya akan menghubungi petugas kesehatan terdekat. Pertolongan ini harus diberikan secara cepat dan tepat sebab penanganan yang salah dapat berakibat buruk, cacat tubuh bahkan kematian. Berdasarkan bahasan pada latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang diberi judul: “Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta”.

KERANGKA TEORI

1. Hakikat Pengetahuan

Pengetahuan diperoleh dari hasrat ingin tahu. Semakin kuat hasrat ingin tahu manusia akan semakin banyak pengetahuannya. Pengetahuan itu diperoleh dari pengalaman manusia terhadap diri dan lingkungan hidupnya. Cara memperolehnya adalah melalui gejala (fenomena) yang teramati oleh indera.

Manusia adalah makhluk berfikir yang selalu ingin tahu tentang sesuatu. Rasa ingin tahu mendorong manusia mengemukakan pertanyaan. Bertanya tentang dirinya, lingkungan disekelilingnya, ataupun berbagai peristiwa yang terjadi disekitarnya. Dengan bertanya manusia mengumpulkan segala sesuatu yang diketahuinya. Begitulah cara manusia mengumpulkan pengetahuan.

Dengan demikian dapat dikatakan, bahwa pengetahuan adalah produk dari tahu, yakni mengerti sesudah melihat, menyaksikan dan mengalami. pengetahuan itu diperoleh melalui pengalaman yang berulang-ulang terhadap suatu peristiwa atau kejadian.

Pengetahuan adalah suatu istilah yang dipergunakan untuk menuturkan apabila seseorang mengenal tentang sesuatu. Suatu hal yang menjadi pengetahuan adalah selalu terdiri atas unsur yang mengetahui dan diketahui serta kesadaran mengenai hal yang ingin diketahuinya itu.

Ilmu pengetahuan merupakan suatu hasil ciptaan sadar manusia, dengan sumber-sumber cerita yang didokumentasikan secara baik, dengan lingkup dan kandungan yang dapat ditentukan secara pasti, dandengan orang-orang profesional terpercaya yang mempraktekan serta menguraikannya.

Pada semua kegiatan alam bebas tentu mempunyai resiko cedera yang sangat besar oleh karena itu anggota muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa

Pecinta Alam Eka Citra UNJ diharapkan mempunyai pengetahuan yang pasti dalam memberikan penanganan cedera olahraga dengan benar sehingga cedera yang dialami tidak menjadi lebih parah.

Ciri manusia berpengetahuan itu adalah “manusia yang hidup, hidup bermakna. Manusia bertindak, berlaku dan berbuat. Dalam kehidupan manusia membutuhkan pengetahuan untuk melakukan, berbuat dan bertindak. Maka dari itu, dipercaya seseorang yang mempunyai pengetahuan akan memiliki nilai hidup lebih bermakna, dengan demikian bahwa pengetahuan adalah peristiwa yang terjadi dalam diri manusia. Manusia sebagai objek pengetahuan memegang peran penting, keterarahan manusia terhadap objek merupakan faktor yang menentukan bagi munculnya pengetahuan manusia. Dengan kata lain pengetahuan itu hanya terwujud jika manusia sendiri adalah sebagian objek dari realitas alam semesta ini. Dimensi pengetahuan menurut Anderson dan Kratwohi yaitu:

a) Mengingat (*Remember*)

Mengingat merupakan usaha mendapatkan kembali pengetahuan dari memori atau ingatan yang telah lampau, baik yang baru saja didapatkan maupun yang sudah lama didapatkan. Mengingat merupakan dimensi yang berperan penting dalam proses pembelajaran yang bermakna (*meaningful learning*) dan pemecahan masalah (*problem solving*). Kemampuan ini dimanfaatkan untuk menyelesaikan berbagai permasalahan yang jauh lebih kompleks.

Mengingat meliputi mengenali (*recognition*) dan memanggil kembali (*recalling*). Mengenali berkaitan dengan mengetahui pengetahuan masa lampau yang berkaitan dengan hal-hal yang konkret, misalnya tanggal lahir, alamat rumah, dan usia, sedangkan memanggil kembali (*recalling*) adalah proses kognitif yang membutuhkan pengetahuan masa lampau secara cepat dan tepat.

b) Memahami/mengerti (*Understand*)

Memahami/mengerti berkaitan dengan membangun sebuah pengertian dari berbagai sumber seperti pesan, bacaan dan komunikasi. Memahami/mengerti berkaitan dengan aktivitas mengklasifikasikan (*classification*) dan membandingkan (*comparing*). Mengklasifikasikan akan muncul ketika seorang siswa berusaha mengenali pengetahuan yang merupakan anggota dari kategori pengetahuan tertentu.

Mengklasifikasikan berawal dari suatu contoh atau informasi yang spesifik kemudian ditemukan konsep dan prinsip umumnya. Membandingkan merujuk pada identifikasi persamaan dan perbedaan dari dua atau lebih obyek, kejadian, ide, permasalahan, atau situasi. Membandingkan berkaitan dengan proses kognitif menemukan satu persatu ciri-ciri dari obyek yang diperbandingkan.

c) Menerapkan (*Apply*)

Menerapkan menunjuk pada proses kognitif memanfaatkan atau mempergunakan suatu prosedur untuk melaksanakan percobaan atau menyelesaikan permasalahan. Menerapkan berkaitan dengan dimensi pengetahuan prosedural (*procedural knowledge*). Menerapkan meliputi kegiatan menjalankan prosedur (*executing*) dan mengimplementasikan (*implementing*).

Menjalankan prosedur merupakan proses kognitif siswa dalam menyelesaikan masalah dan melaksanakan percobaan di mana siswa sudah mengetahui informasi tersebut dan mampu menetapkan dengan pasti prosedur apa saja yang harus dilakukan. Jika siswa tidak mengetahui prosedur yang harus dilaksanakan dalam menyelesaikan permasalahan maka siswa diperbolehkan melakukan modifikasi dari prosedur baku yang sudah ditetapkan.

Mengimplementasikan muncul apabila siswa memilih dan menggunakan prosedur

untuk hal-hal yang belum diketahui atau masih asing. Karena siswa masih merasa asing dengan hal ini maka siswa perlu mengenali dan memahami permasalahan terlebih dahulu kemudian baru menetapkan prosedur yang tepat untuk menyelesaikan masalah. Mengimplementasikan berkaitan erat dengan dimensi proses kognitif yang lain yaitu mengerti dan menciptakan.

Menerapkan merupakan proses yang kontinu, dimulai dari siswa menyelesaikan suatu permasalahan menggunakan prosedur baku/standar yang sudah diketahui. Kegiatan ini berjalan teratur sehingga siswa benar-benar mampu melaksanakan prosedur ini dengan mudah, kemudian berlanjut pada munculnya permasalahan-permasalahan baru yang asing bagi siswa, sehingga siswa dituntut untuk mengenal dengan baik permasalahan tersebut dan memilih prosedur yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan.

d) Menganalisis (*Analyze*)

Menganalisis merupakan memecahkan suatu permasalahan dengan memisahkan tiap-tiap bagian dari permasalahan dan mencari keterkaitan dari tiap- tiap bagian tersebut dan mencari tahu bagaimana keterkaitan tersebut dapat menimbulkan permasalahan. Kemampuan menganalisis merupakan jenis kemampuan yang banyak dituntut dari kegiatan pembelajaran di sekolah-sekolah.

Berbagai mata pelajaran menuntut siswa memiliki kemampuan menganalisis dengan baik. Tuntutan terhadap siswa untuk memiliki kemampuan menganalisis sering kali cenderung lebih penting daripada dimensi proses kognitif yang lain seperti mengevaluasi dan menciptakan. Kegiatan pembelajaran sebagian besar mengarahkan siswa untuk mampu membedakan fakta dan pendapat, menghasilkan kesimpulan dari suatu informasi pendukung.

Menganalisis berkaitan dengan proses kognitif memberi atribut (*attributeing*) dan

mengorganisasikan (*organizing*). Memberi atribut akan muncul apabila siswa menemukan permasalahan dan kemudian memerlukan kegiatan membangun ulang hal yang menjadi permasalahan. Kegiatan mengarahkan siswa pada informasi-informasi asal mula dan alasan suatu hal ditemukan dan diciptakan. Mengorganisasikan menunjukkan identifikasi unsur-unsur hasil komunikasi atau situasi dan mencoba mengenali bagaimana unsur-unsur ini dapat menghasilkan hubungan yang baik.

Mengorganisasikan memungkinkan siswa membangun hubungan yang sistematis dan koheren dari potongan-potongan informasi yang diberikan. Hal pertama yang harus dilakukan oleh siswa adalah mengidentifikasi unsur yang paling penting dan relevan dengan permasalahan, kemudian melanjutkan dengan membangun hubungan yang sesuai dari informasi yang telah diberikan.

e) Mengevaluasi (*Evaluate*)

Evaluasi berkaitan dengan proses kognitif memberikan penilaian berdasarkan kriteria dan standar yang sudah ada. Kriteria yang biasanya digunakan adalah kualitas, efektivitas, efisiensi, dan konsistensi. Kriteria atau standar ini dapat pula ditentukan sendiri oleh siswa. Standar ini dapat berupa kuantitatif maupun kualitatif serta dapat ditentukan sendiri oleh siswa. Perlu diketahui bahwa tidak semua kegiatan penilaian merupakan dimensi mengevaluasi, semua dimensi proses kognitif memerlukan penilaian.

Perbedaan antara penilaian yang dilakukan siswa dengan penilaian yang merupakan evaluasi adalah pada standar dan kriteria yang dibuat oleh siswa. Jika standar atau kriteria yang dibuat mengarah pada keefektifan hasil yang didapatkan dibandingkan dengan perencanaan dan keefektifan prosedur yang digunakan maka apa yang dilakukan siswa merupakan kegiatan evaluasi.

Evaluasi meliputi mengecek (*checking*) dan mengkritisi (*critiquing*). Mengecek mengarah pada kegiatan pengujian hal-hal yang tidak konsisten atau kegagalan dari suatu operasi atau produk. Jika dikaitkan dengan proses berpikir merencanakan dan mengimplementasikan maka mengecek akan mengarah pada penetapan sejauh mana suatu rencana berjalan dengan baik.

Mengkritisi mengarah pada penilaian suatu produk atau operasi berdasarkan pada kriteria dan standar eksternal. Mengkritisi berkaitan erat dengan berpikir kritis. Siswa melakukan penilaian dengan melihat sisi negatif dan positif dari suatu hal, kemudian melakukan penilaian menggunakan standar ini.

f) Menciptakan (*Create*)

Menciptakan mengarah pada proses kognitif meletakkan unsur-unsur secara bersama-sama untuk membentuk kesatuan yang koheren dan mengarahkan siswa untuk menghasilkan suatu produk baru dengan mengorganisasikan beberapa unsur menjadi bentuk atau pola yang berbeda dari sebelumnya. Menciptakan sangat berkaitan erat dengan pengalaman belajar siswa pada pertemuan sebelumnya. Meskipun menciptakan mengarah pada proses berpikir kreatif, namun tidak secara total berpengaruh pada kemampuan siswa untuk menciptakan.

Perbedaan menciptakan ini dengan dimensi berpikir kognitif lainnya adalah pada dimensi yang lain seperti mengerti, menerapkan, dan menganalisis siswa bekerja dengan informasi yang sudah dikenal sebelumnya, sedangkan pada menciptakan siswa bekerja dan menghasilkan sesuatu yang baru.

Menciptakan meliputi menggeneralisasikan (*generating*) dan memproduksi (*producing*). Menggeneralisasikan merupakan kegiatan merepresentasikan permasalahan dan penemuan alternatif hipotesis yang diperlukan.

Memproduksi mengarah pada perencanaan untuk menyelesaikan permasalahan yang diberikan. Memproduksi berkaitan erat dengan dimensi pengetahuan yang lain yaitu pengetahuan faktual, pengetahuan konseptual, pengetahuan prosedural, dan pengetahuan metakognisi.

Dari teori tersebut disimpulkan bahwa pengetahuan selalu terdiri atas unsur yang mengetahui dan diketahui serta kesadaran mengenai hal yang ingin diketahuinya. Pengetahuan selalu menuntut adanya subjek yang mempunyai kesadaran untuk mengetahui tentang sesuatu yang dihadapinya sebagai hal yang ingin diketahuinya. Jadi bisa dikatakan pengetahuan hasil tahu manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek yang

dihadapinya atau hasil usaha manusia untuk memahami suatu objek tertentu.

2. Hakikat Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra

a. Sejarah Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra

Pada Tanggal 29 April 1981 yang berawal dari keinginan organisasi-organisasi pecinta alam yang ada di seluruh lingkungan UNJ baik di tingkat fakultas maupun jurusan untuk menyatu dan meleburkan dirinya menjadi satu organisasi kemudian mendeklarasikan nama yang hingga kini masih berkibar yaitu Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra.

KMPA Eka Citra memiliki satu Visi dan satu tujuan, dan terus mempunyai keinginan kuat untuk memberikan pembinaan terhadap mahasiswa UNJ (dahulu IKIP) dalam bidang kelestarian lingkungan dan kegiatan petualangan di alam bebas. Eka dalam bahasa sansekerta berarti tunggal atau satu dan Citra adalah tujuan atau pandangan. Jadi Eka Citra mengandung makna "Satu Pandangan dan Satu Tujuan".

Strategi dalam pengembangan Sumber Daya Anggota, dilakukan dengan mendesain berbagai kegiatan menggunakan metode Experiential Learning dan alam sebagai media belajar. Hal ini memberikan kontribusi yang cukup signifikan kepada seluruh anggota dan para mahasiswa UNJ sebagai alternatif dan resolusi dalam proses pembelajaran maupun dalam dinamika kehidupan nyata, sejalan dengan tujuan organisasi KMPA Eka Citra itu sendiri, yaitu menghasilkan sarjana yang berpotensi dan berakhlak mulia.

b. DIKLATSAR (Pendidikan dan Latihan Dasar)

Dalam rangka melanjutkan roda organisasi dan mengesistensikan organisasi, suatu organisasi haruslah melakukan suatu proses yang bertujuan untuk melahirkan atau meregenerasi komponen-komponen di dalam organisasi tersebut, khususnya anggota.

Dalam suatu organisasi, proses melahirkan atau merekrut anggota baru haruslah sesuai dengan tujuan-tujuan organisasi yang tertera dalam Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga (AD/ART), dan karena itulah proses penerimaan atau perekrutan tersebut harus disisipkan suatu proses pembelajaran sekaligus pengarahan untuk mencapai anggota baru yang sesuai dengan tujuan – tujuan atau bidang organisasi tersebut.

Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam (KMPA) Eka Citra, atau yang akrab kita panggil EC adalah organisasi yang bergerak di bidang kepecintaalaman, sesuai dengan azas kekeluargaan, kemahasiswaan dan kemasyarakatan yang berada di bawah naungan Universitas Negeri Jakarta (intrauniversiter). Organisasi yang sudah berumur hampir 40 tahun ini, layaknya organisasi yang lain, juga melakukan proses regenerasi guna melanjutkan roda organisasi yang telah mempunyai prestasi tingkat Internasional ini.

Dalam prosesnya, regenerasi di KMPA Eka Citra bukanlah suatu hal yang sederhana, karena proses yang dijalani tidak sekedar merekrut anggota namun juga pemberian pengetahuan, keterampilan juga nilai– nilai dasar yang sesuai dengan tujuan organisasi yang bergerak di bidang olahraga ekstrim dan juga lingkungan hidup ini.

Prosesnya pun memakan waktu yang tidak sebentar, kurang lebih selama 6 bulan lamanya. Dalam proses ini, calon anggota yang berstatus siswa ditempa dan dibina serta dididik oleh instruktur–instruktur yang mempunyai pengalaman di bidangnya untuk membentuk karakter – karakter yang unggul dan tangguh guna bekal menjalani Organisasi KMPA Eka Citra tercinta ini ke depan. Proses regenerasi di KMPA Eka Citra ini dinamakan Pendidikan dan Latihan Dasar.

c. Anggota Muda (DIKLATSAR 36)

Anggota muda adalah anggota yang telah selesai menjalani rangkaian dari DIKLATSAR berawal dari pelantikan siswa DIKLATSAR yang telah berproses selama kurang lebih 6 bulan, selama 6 bulan siswa DIKLATSAR 36 mengikuti rangkaian program latihan fisik, materi kelas, materi simulasi, *Try Out*, dan aplikasi akhir selama 10 hari dan dilantik menjadi anggota muda KMPA Eka Citra UNJ.

Anggota muda 36 adalah anggota yang mengikuti pendidikan dan latihan dasar atau DIKLATSAR 36 pada desember 2016, selanjutnya anggota muda akan mengikuti rangkaian proses untuk mendapatkan nomer diantaranya :

1. PDO atau pendidikan dasar organisasi dimana anggota muda akan dididik dan diajarkan pola organisasi sampai dinamika berorganisasi.
2. DIKLATJUT atau pendidikan lanjutan dimana anggota muda

akan diberikan materi lanjutan kepecinta alaman dan mulai belajar admisnistrasi sampai dengan management perjalanan.

3. Pengembaraan Anggota muda dimana anggota muda akan belajar mengelola dan memmanagement sebuah kegiatan mandiri.
4. PNAM atau pengambilan nomer anggota muda dimana anggota muda akan dilantik menjadi anggota penuh dan akan diberikan nomer anggota KMPA Eka Citra UNJ.

Untuk mengikuti semua kegiatan alam bebas bukan tidak mungkin akan terjadi cedera baik cedera ringan, sedang, berat. Ketika terjadi cedera dialam bebas akan sulit untuk mendapatkan pertolongan medis, untuk itu sangatlah penting untuk mengetahui Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) untuk meringankan korban ketika terjadi cedera agar tidak menyebabkan cedera yang lebih parah.

3. Hakikat Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO)

Cedera olahraga yaitu segala macam cedera yang timbul, baik pada waktu latihan maupun pada waktu berolahraga (pertandingan) atau pun sesudah pertandingan. Yang terkena adalah tulang, otot, tendon serta ligamentum.

Pada umumnya semua kegiatan olahraga beresiko terkena cedera baik olahraga prestasi ataupun olahraga petualangan, cedera yang terjadi bisa karena benturan ataupun penggunaan alat yang kurang tepat cedera yang terjadi sangat beragam tergantung dari jenis olahraga itu sendiri. Resiko cedera yang terjadi bisa ringan, sedang ataupun berat. Sangat di sayangkan jika pertolongan pertama vedera olahraga tidak diketahui atau kurang dipahami, ketika terjadi cedera pertolongan pertama sangat membantu untuk meringkankan ataupun mencegah cedera yang lebih parah.

Pertolongan pertama adalah pemberian pertolongan segera atau secepatnya kepada korban (sakit, cedera, luka) yang membutuhkan pertolongan pertama. Pertolongan pertama adalah tindakan pertolongan berdasarkan ilmu kedokteran yang bisa kita pelajari sebagai pelaku olahraga. Pertolongan pertama dilakukan oleh orang pada jarak terdekat dengan korban. Pelaku penolong pertama harus memiliki keterampilan dan dasar-dasar pengetahuan dalam penanganan medis dasar. Pertolongan pertama sifatnya hanya memberikan pertolongan darurat kepada korban.

Pertolongan pertama cedera harus diberikan secara cepat dan tepat sehingga akan meringankan cedera pada korban. Pertolongan pertama yang terlambat atau kurang tepat dapat berakibat fatal bagi korban. Tindakan yang kurang tepat atau terlambat akan membuat kondisi korban bertambah parah dan berakibat kematian.

Tindakan pertolongan pertama pada korban merupakan langkah medis vital dengan tujuan:

- a. Menyelamatkan jiwa korban. Keselamatan jiwa korban adalah tujuan paling utama dari sebuah tindakan pertolongan.
- b. Mencegah cacat berkelanjutan. Tindakan pertolongan darurat selain ditunjukkan untuk menyelamatkan nyawa, juga untuk mencegah kemungkinan cacat berkelanjutan. Setelah keselamatan nyawa korban tercapai, seorang penolong harus memperhatikan kondisi korban di mana terapat kemungkinan-kemungkinan yang mengarah kepada kecacatan berkelanjutan.
- c. Memberikan rasa nyaman pada korban. Setelah dua poin tersebut di atas tercapai, tindakan pertolongan diupayakan mengarah kepada

emberi rasa nyaman pada korban. Rasa nyaman akan mengurangi kondisi kepanikan korban sehingga mental korban terkondisikan.

- d. Menunjang proses penyembuhan. Terakhir, tindakan pertolongan diarahkan kepada proses penyembuhan. Sebelum korban sampai di fasilitas medis, korban berhak mendapatkan tindakan pertolongan yang menunjang kesembuhan cedera.

Pada keadaan darurat apabila tidak dapat memperoleh semua tujuan di atas, penolong dapat mengabaikan satu atau lebih poin tujuan tersebut dengan urutan prioritas utama tujuan menyelamatkan adalah menyelamatkan jiwa korban. Prioritas ini didahulukan lebih dahulu dari pada pilihan mencegah kecacatan, memberikan rasa nyaman, dan menunjang proses penyembuhan korban.

Dalam melakukan pertolongan harus diperhatikan keadaan keseluruhan korban dan sekitar korban. Perhatian terhadap keseluruhan keadaan korban dan sekitar korban. Penilaian keadaan adalah perhatian keadaan secara umum untuk memperoleh gambaran terperinci kejadian. Dalam penilaian keadaan perlu diperhatikan faktor pendorong dan penghambat tindakan. Analisa kedua faktor ini diperoleh melalui deskripsi tentang kondisi kejadian, kemungkinan efek samping tindakan, solusi terhadap kemungkinan dan efek samping tindakan.

Tindakan Pertolongan pertama mempunyai makna tindakan atau bantuan yang pertama yang dilakukan dengan cepat dan tepat sebelum korban dibawa ke fasilitas kesehatan yang lebih baik, sehingga tujuan dari pertolongan pertama pada kecelakaan sesungguhnya adalah: mencegah agar cedera yang timbul tidak lebih parah, menghentikan perdarahan, mencegah nyeri dan menjamin fungsi

saluran napas, sehingga korban dapat terselamatkan dari bahaya maut semaksimal mungkin.

Korban tidak hanya mengalami trauma sejenis, tetapi juga kompleks sehingga penolongpun diharuskan untuk mampu memberikan pertolongan sekaligus atau sesuai prioritas yang mengancam nyawa.

Ketrampilan pertolongan pertama merupakan seperangkat ketrampilan dan pengetahuan kesehatan yang praktis dalam memberikan bantuan pertama kepada orang lain yang sedang mengalami musibah, antara lain pada pasien yang berhenti bernafas, pendarahan, shok, *fraktur, strain, sprain, dislokasi* dan lain sebagainya.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif, dengan teknik survey penyebaran angket sebagai instrumen dalam pengumpulan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner yang bersifat tertutup, yaitu kuesioner yang telah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Kuesioner yang digunakan berbentuk pernyataan.

Skala Guttman

Teknik segala guttman digolongkan sebagai skala berdimensi tunggal. Suatu sikap dianggap berdimensi tunggal hanya kalau sikap itu menghasilkan skala yang kumulatif, yaitu skala yang butir-butirannya berkaitan satu sama lain sedemikian rupa sehingga seorang subjek yang setuju dengan pernyataan nomor dua, misalnya akan juga merasa setuju dengan pernyataan nomor satu, dan seterusnya.

Untuk kategori uraian tentang alternatif jawaban dalam angket, penulis

menetapkan kategori untuk setiap butir pernyataan yaitu, Ya = 1, Tidak = 0, sedangkan kategori untuk setiap butir pernyataan negatif, yaitu Ya = 0, Tidak = 1.

Tabel 3.1 Kategori pemberian skor

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Jenis-Jenis Cedera Olahraga.

Dibawah ini disajikan data mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Jenis-Jenis Cedera Olahraga.

Tabel 3. Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Jenis-Jenis Cedera Olahraga

Ukuran Statistik	Nilai Statistik
Nilai Tertinggi	95
Nilai Terendah	67
Rata-Rata	81
Simpangan Baku	28,18

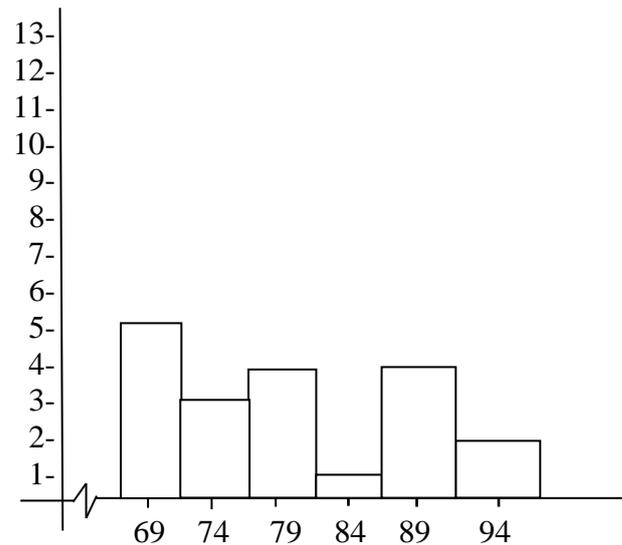
Sumber: Hasil Pengolahan Data

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dimensi Jenis-jenis Cedera Olahraga

No	Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	67-71	69	5	26%
2	72-76	74	3	16%
3	77-81	79	4	21%

4	82-86	84	1	5%
5	87-91	89	4	21%
6	92-96	94	2	11%
JUMLAH			19	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data



Gambar 4.1 Histogram Jenis-Jenis Cedera Olahraga

Data di atas memberikan informasi pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang jenis-jenis cedera olahraga dengan nilai tertinggi 95 dan nilai terendah 67, dengan rentang nilai 28 dan nilai rata-rata 81.

Dari hasil perhitungan pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi jenis-jenis cedera olahraga terdapat :

2 orang menjawab 20 soal pernyataan dengan benar. 4 orang menjawab 19 soal pernyataan dengan benar. 1 orang menjawab 18 soal pernyataan dengan benar. 4 orang menjawab 17 soal pernyataan dengan benar. 3 orang menjawab 16 soal pernyataan dengan benar. 3 orang menjawab 15 soal pernyataan dengan benar. 2 orang menjawab 14 soal pernyataan dengan benar.

Presentase tingkat pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi jenis-jenis cedera olahraga sebanyak 74% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang baik, dan sebanyak 26% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang cukup.

2. Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Derajat Cedera Olahraga

Di bawah ini disajikan data mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Derajat Cedera Olahraga

Tabel 5. Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Derajat Cedera Olahraga

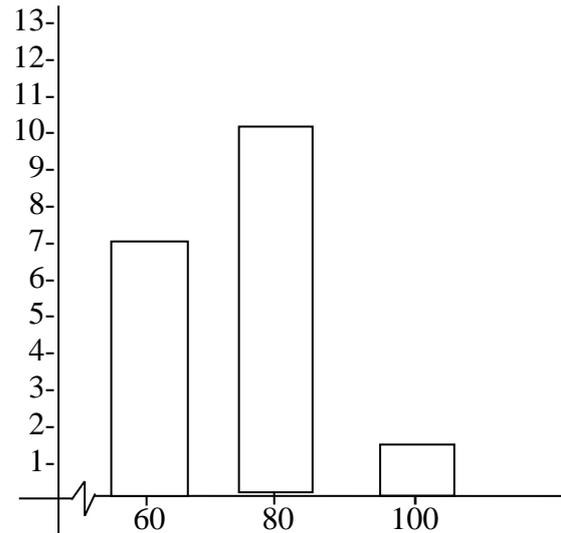
Ukuran Statistik	Nilai Statistik
Nilai Tertinggi	100
Nilai Terendah	60
Rata-Rata	75
Simpangan Baku	13,06

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Dimensi Derajat Cedera Olahraga

No	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	60	7	37%
2	80	10	53%
3	100	2	10%
JUMLAH		19	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data



Gambar 4.2 Histogram Jenis-Jenis Cedera Olahraga

Data di atas memberikan informasi pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang derajat cedera olahraga tentang dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 60, dengan rentang nilai 40 dan nilai rata-rata 75.

Dari hasil perhitungan pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi derajat cedera olahraga terdapat :

2 orang menjawab 5 soal pernyataan dengan benar. 10 orang menjawab 4 soal pernyataan dengan benar. 7 orang menjawab 3 soal pernyataan dengan benar.

Presentase tingkat pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi derajat cedera olahraga sebanyak 63% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang baik, dan sebanyak 37% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang cukup.

3. Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Sebab-Sebab Terjadinya Cedera Olahraga

Di bawah ini disajikan data mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Sebab-Sebab Terjadinya Cedera Olahraga.

Tabel 7. Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Sebab-sebab Terjadinya Cedera Olahraga

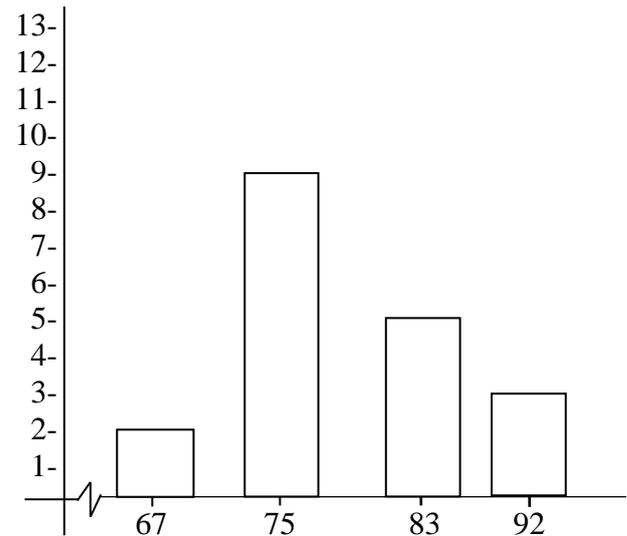
Ukuran Statistik	Nilai Statistik
Nilai Tertinggi	100
Nilai Terendah	60
Rata-Rata	75
Simpangan Baku	13,06

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Dimensi Sebab-sebab Terjadinya Cedera Olahraga

No	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	67	2	11%
2	75	9	47%
3	83	5	26%
4	92	3	16%
JUMLAH		19	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data



Gambar 4.3 Histogram Sebab-sebab terjadinya Cedera Olahraga

Data di atas memberikan informasi pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang sebab-sebab terjadinya cedera olahraga dengan nilai tertinggi sebesar 92 dan nilai terendah 67, dengan rentang nilai 25 dan nilai rata-rata 79.

Dari hasil perhitungan pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi sebab-sebab terjadinya cedera olahraga terdapat :3 orang menjawab 11 soal pernyataan dengan benar.5 orang menjawab 10 soal pernyataan dengan benar.9 orang menjawab 9 soal pernyataan dengan benar.2 orang menjawab 8 soal pernyataan dengan benar.

Presentase tingkat pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi sebab-sebab terjadinya cedera olahraga sebanyak 42% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang baik, dan sebanyak 58% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang cukup.

4. Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Penanganan Cedera Olahraga

Di bawah ini disajikan data mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Penanganan Cedera Olahraga.

Tabel 9. Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Penanganan Cedera Olahraga

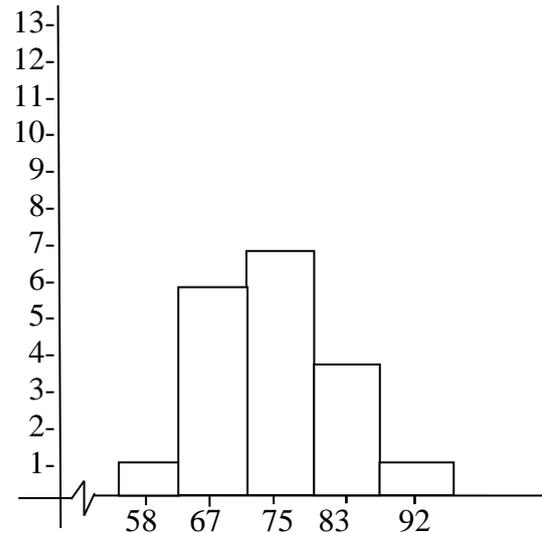
Ukuran Stastistik	Nilai Stastistik
Nilai Tertinggi	92
Nilai Terendah	58
Rata-Rata	74
Simpangan Baku	8,28

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Dimensi Penanganan Cedera Olahraga

No	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	58	1	5%
2	67	6	32%
3	75	7	37%
4	83	4	0%
5	92	1	21%
JUMLAH		19	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data



Gambar 4.4 Histogram Penanganan Cedera Olahraga

Data di atas memberikan informasi Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Penanganan Cedera Olahraga dengan nilai tertinggi sebesar 92 dan nilai terendah 58, dengan rentang nilai 33 dan nilai rata-rata 74.

Dari hasil perhitungan pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi penanganan cedera olahraga terdapat :

1 orang menjawab 11 soal pernyataan dengan benar. 4 orang menjawab 10 soal pernyataan dengan benar. 7 orang menjawab 9 soal pernyataan dengan benar. 6 orang menjawab 8 soal pernyataan dengan benar. 1 orang menjawab 7 soal pernyataan dengan benar.

Presentase tingkat pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang dimensi pengetahuan penanganan cedera olahraga sebanyak 26% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang baik, dan sebanyak 74% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang cukup.

5. Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta.

Dibawah ini disajikan data mengenai distribusi frekuensi dan grafik histogram data Pengetahuan pertolongan pertama cedera olahraga (PPCO) pada anggota muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta.

Tabel 11. Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Pertolongan Pertama Cedera Olahraga

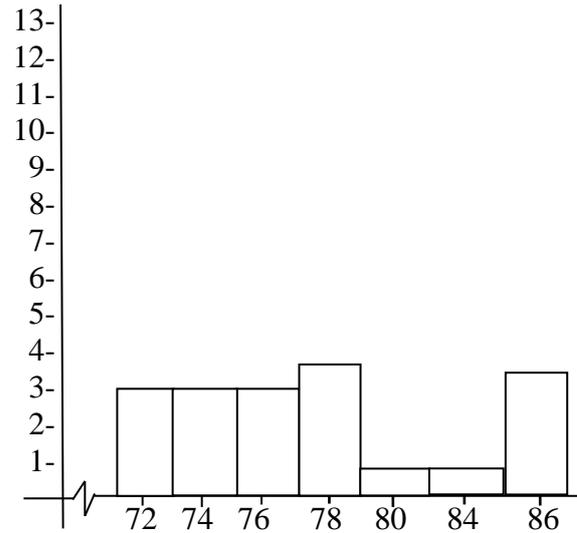
Ukuran Stastistik	Nilai Stastistik
Nilai Tertinggi	86
Nilai Terendah	72
Rata-Rata	78
Simpangan Baku	5,07

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Dimensi Pertolongan Pertama Cedera Olahraga

No	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	72	3	16%
2	74	3	16%
3	76	3	16%
4	78	4	21%
5	80	1	5%
6	84	1	5%
7	86	4	21%
JUMLAH		19	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data



Gambar 4.4 Histogram Pertolongan Pertama Cedera Olahraga

Data di atas memberikan informasi Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta dengan nilai tertinggi 86 dan nilai terendah 72, dengan rentang nilai 14 dan nilai rata-rata 78.

Dari hasil perhitungan informasi Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ terdapat :

4 orang menjawab 43 soal pernyataan dengan benar. 1 orang menjawab 42 soal pernyataan dengan benar. 1 orang menjawab 40 soal pernyataan dengan benar. 4 orang menjawab 39 soal pernyataan dengan benar. 3 orang menjawab 38 soal pernyataan dengan benar. 3 orang menjawab 37 soal pernyataan dengan benar. 3 orang menjawab 36 soal pernyataan dengan benar.

Presentase tingkat Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta sebanyak 68% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang baik, dan

sebanyak 32% anggota muda (DIKLATSAR 36) memiliki pengetahuan yang cukup.

Analisis Hasil Penelitian

Berdasarkan data yang di dapat dari berbagai pengukuran yang dilakukan dari masing-masing dimensi tentang Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ tentang jenis-jenis cedera, derajat cedera, sebab-sebab terjadinya cedera olahraga dan pengetahuan penanganan cedera olahraga Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta.

Analisis yang saya dapat dari pengetahuan anggota Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Jenis-Jenis Cedera menunjukkan sebanyak 14 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (74%) memiliki pengetahuan yang baik, sebanyak 5 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (26%) memiliki pengetahuan yang cukup.

Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Derajat Cedera menunjukkan sebanyak 13 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (63%) memiliki pengetahuan yang baik, sebanyak 6 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (37%) memiliki pengetahuan yang cukup.

Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang Sebab-Sebab Terjadinya Cedera menunjukkan sebanyak 8 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga

Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (42%) memiliki pengetahuan yang baik, sebanyak 11 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (58%) memiliki pengetahuan yang cukup.

Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta menunjukkan sebanyak 5 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (26%) memiliki pengetahuan yang baik, sebanyak 14 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta (74%) memiliki pengetahuan yang cukup.

Jika dilihat dari hasil prosentase Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta, maka Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta memiliki pengetahuan yang baik tentang jenis-jenis cedera, derajat cedera. Sedangkan Pengetahuan Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta tentang sebab-sebab terjadinya cedera dan penanganan cedera olahraga adalah cukup.

Hasil penelitian Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta menunjukkan sebanyak 13 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta memiliki pengetahuan yang baik (68%), sebanyak 6 anggota memiliki pengetahuan cukup (32%).

DAFTAR PUSTAKA

- L.W Anderson *et. al.*, *A Taxonomy for learning, Teaching and Assessing: A Revisi of Bloom's Taxonomy of Educatioanl Objectives*. New York: Addison Wesley Longman, Inc, 2001.
- Margono, *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Mohamad, Kartono. *Pertolongan Pertama*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1991.
- Rassat, Sjojfan, *Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan*. Jakarta: PT Penerbit Djambatan, 1991.
- Siregar, Eveline dan Hartini Nara, *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2010.
- Suriasumantri, Jujun S. *Ilmu Pengetahuan dan Metodenya*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 1995.
- Swasanti, Niluh, *Pertolongan Pertama Pada Kedaruratan*. Yogyakarta: Katahati, 2014.
- Wibowo, Hardianto, *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*. Edisi 2. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2007.