

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga Rugby merupakan merupakan sejenis permainan sepak bola tim yang dimainkan oleh dua tim. Setiap tim mencoba mencetak skor dengan cara menyepak, melontar, atau membawa bola sehingga mereka dapat menyepak untuk melepaskan gol lawan atau menyentuh di belakang garis lawan. Tim yang mencetak poin paling banyak menjadi pemenang, Olahraga Rugby salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal di seluruh dunia. Asal olahraga rugby belum diketahui secara pasti, karena memang awalnya olahraga ini dilakukan diberbagai Negara. Seiring perkembangan zaman, Rugby menjadi semakin populer, sehingga menjadi suatu aktivitas yang dapat dipertandingkan seperti misalnya pada kompetisi tingkat International

Di Indonesia rugby cukup berkembang dapat kita lihat dari pembinaan rugby mulai dari tingkat sekolah, tingkat perguruan tinggi, tingkat daerah, tingkat nasional maupun tingkat internasional. Permainan rugby dewasa ini berkembang dengan pesat, kenapa dikatakan demikian karena perkembangan rugby di dunia banyak diminati berbagai kalangan, karena olahraga rugby memiliki banyak manfaat antara lain memperoleh kesehatan,

kesenangan, kesegaran jasmani serta juga dapat dijadikan alat pemersatu bangsa, dimana olahraga rugby tidak mengenal tua, muda, anak-anak, orang dewasa, suku, agama, dan ras. Dari sekian banyak olahraga yang digemari, olahraga rugby juga dapat dijadikan ajang untuk mencari prestasi yang setinggi-tingginya dan telah masuk ke dalam pendidikan. Pendidikan olahraga rugby di Indonesia beradaptasi dengan materi perkuliahan gerak di mata kuliah permainan bola besar pilihan yang disesuaikan dengan materi perkuliahan di Fakultas Ilmu Keolahragaan yang ada diseluruh Universitas. Di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) khususnya di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Rugby termuat dalam kurikulum yang menjadi salah satu mata pelajaran pilihan kategori olahraga permainan bola besar untuk setiap program studi.

Rugby di UNJ tidak hanya diajarkan didalam perkuliahan saja, tetapi bagi mahasiswa UNJ yang gemar berolahraga atau memiliki bakat bermain rugby dan ingin tahu apa itu olahraga rugby dapat mengikuti Unit Kegiatan Olahraga mahasiswa di Klub Olahraga Prestasi (KOP) rugby UNJ sebagai wadah pengembangan bakat dan keterampilan mahasiswa untuk meningkatkan prestasi dalam keterampilan bermain rugby. Latihan KOP rugby UNJ dilaksanakan setiap hari selasa, Kamis, dan Sabtu di lapangan baseball veldroome Rawamangun dengan bimbingan dosen pembina dari FIK. Kerja keras KOP rugby UNJ dalam meningkatkan prestasi para atlet sangat tinggi, tetapi ada beberapa faktor yang menjadi penghambat

tercapainya peningkatan prestasi atlet KOP rugby salah satu faktor penghambat yaitu cedera.

Menurut data dari *Coach* Iswahyudi sebagai pelatih dari KOP Rugby UNJ tentang penghambat pemain Rugby UNJ terhadap prestasi kejuaraan-kejuaraan tingkat nasional ataupun international menempatkan faktor cedera berada di posisi kedua setelah faktor latihan, hal ini dapat disimpulkan bahwa faktor cedera sangat berpengaruh terhadap prestasi pemain Rugby.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di KOP rugby UNJ pada bulan September 2015, diketahui bahwa cedera pergelangan tangan merupakan salah satu cedera yang dialami pemain rugby di KOP rugby UNJ. Cedera pergelangan tangan yang disebabkan oleh beberapa hal, yaitu: 1) pemain kurang melakukan penguluran otot-otot pergelangan tangan sebelum bermain, sehingga mengakibatkan otot disekitar pergelangan tangan menjadi tegang, 2) Teknik mengontrol bola saat jatuh yang tidak sempurna akibat *body contact* atau *tackle* dari lawan, 3) stamina para pemain rugby UNJ kurang terjaga, menyebabkan terjadinya cedera pergelangan tangan *over use*, gejala cedera ini berupa kekakuan otot, strain, sprain dan sub luksasi pada pergelangan tangan pemain.

Cedera pergelangan tangan yang dialami pemain KOP rugby UNJ tergolong dalam kategori cedera pergelangan tangan ringan, yaitu sprain tingkat satu, dan cedera yang lebih berat tetapi masih masuk dalam kategori ringan. Gejala yang disebabkan oleh cedera menimbulkan *inflamasi* atau

peradangan setempat pada daerah tangan yang ditandai adanya kalor (Panas), rubor (merah), dolor (nyeri), tumor (bengkak), dan Fungsiolesi yang bermuara menyebabkan derajat gerak sendi (*Range of Movement*) menjadi terganggu bahkan menurun dari gerakan derajat normal, sehingga mengganggu pemain saat bertanding. Bambang Priyonoadi mengatakan bahwa, dalam mencapai prestasi yang diinginkan, olahragawan perlu didukung oleh beberapa aspek seperti pelatih, latihan dengan program yang benar, medis, fisioterapi, masseur, psikologi, dan ilmu gizi.

Sebagai aspek pendukung prestasi atlet, jenis masase seperti sport masase, circulo masase, Swedia masase, dan masase *frirage* dapat membantu atlet dalam mencapai prestasi karena masase dapat membantu menjaga kondisi atlet tetap dalam kondisi yang baik sesuai dengan fungsi masase yang digunakan. Masase *frirage* merupakan salah satu masase yang dapat bermanfaat untuk membantu penyembuhan setelah penanganan medis maupun sebelum penanganan medis sebagai salah satu pencegahan dan perawatan tubuh dari cedera ringan pada persendian, dan kontraksi otot akibat aktivitas sehari-hari ataupun berolahraga.

Peneliti ingin melakukan penelitian secara mendalam untuk mengetahui seberapa besar efektivitas masase *frirage* dalam mengatasi penurunan *Range of Movement* sendi pergelangan tangan yang mengalami cedera.

A. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi beberapa masalah terjadinya cedera pergelangan tangan sebagai berikut:

1. Pemain KOP rugby UNJ kurang melakukan pemanasan sebelum bermain rugby.
2. Cabang rugby adalah cabang olahraga yang *full body contact*, dan sangat banyak melibatkan tangan didalam pertandingan.
3. Teknik mengontrol bola saat jatuh pemain KOP rugby UNJ belum sempurna.
4. Stamina pemain KOP rugby UNJ kurang terjaga, menyebabkan cedera *over use*.
5. Belum diketahuinya seberapa besar efektivitas massase *frirage* dalam penanganan cedera pergelangan tangan.

B. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian tidak terlalu kompleks, perlu ada batas-batasan untuk memperjelas ruang lingkup penelitian. Dari Identifikasi masalah yang ada dan terbatasnya kemampuan, tenaga, biaya serta waktu, maka penelitian ini dibatasi pada efektivitas *massage frirage* dalam mengatasi penurunan *range of movement* pemain KOP rugby UNJ yang mengalami cedera pergelangan tangan.

C. Perumusan Masalah

Dari batasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang akan diteliti dalam penelitian adalah apakah *massage frirage* dapat mengatasi penurunan *range of movement* pemain rugby yang mengalami cedera pergelangan tangan?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui berapa besarnya “efektivitas *massage frirage* dalam mengatasi penurunan *range of movement* pemain rugby yang mengalami cedera pergelangan tangan.

E. Manfaat Penelitian

Dari tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat:

1. Membantu Pemain KOP rugby UNJ menangani cedera pergelangan tangan, sehingga cedera yang dialami dapat disembuhkan.
2. Penelitian dapat memberikan masukan bagi Fakultas ilmu keolahragaan UNJ dalam rangka pengembangan keilmuan dan peningkatan proses belajar mengajar
3. Penelitian dapat menambah wawasan bagi ilmu pengetahuan di bidang masase terapi tentang cara cepat menangani cedera pergelangan tangan.