

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pemain Sepak Bola membutuhkan kondisi fisik yang prima dikarenakan olahraga ini bisa menyebabkan Cedera, bisa terjadinya Cedera dikarenakan adanya *body contact* diantara pemain. Sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling diminati di hampir seluruh dunia. Kepopuleran sepakbola menyebabkan banyak individu terjun untuk serius menekuni pekerjaan sebagai pemain sepakbola. Adapun kesuksesan seorang pemain sepakbola dalam menunjukkan performa terbaiknya saat menjalani pertandingan ditentukan oleh banyak faktor. Kondisi fisik merupakan salah satu dari faktor utama dari beberapa faktor penentu prestasi atlet, dengan kondisi fisik yang kurang maksimal maka prestasi atlet sulit untuk diraih karena kondisi fisik sangat berpengaruh terhadap keterampilan teknik, taktik, dan juga mental yang dimiliki seorang atlet (Maliki et al., 2017).

Cedera seperti *sprain* dan *strain* merupakan sebuah hal yang masih mampu ditangani dan disembuhkan dengan berbagai metode penyembuhan yang ada, seperti *Massase*, terapi, dan operasi. Setelah penanganan Cedera ini, diharapkan atlet bisa segera menunjukkan penampilan terbaiknya tanpa terganggu masalah Cedera yang sama. Namun pada kenyataannya, masih banyak atlet yang setelah diterapi kembali mengalami Cedera yang sama di kemudian harinya, khususnya di Indonesia. Hal ini dikarenakan kebanyakan Pemain Sepak Bola

terutama di Indonesia menjalani proses rehabilitasi dan terapi latihan pasca Cedera dengan kurang baik, sehingga sering terjadi Cedera kambuhan(Nugroho et al., 2016).

Faktor terjadinya Cedera yang dialami atlet diantaranya karena riwayat Cedera sebelumnya, kelelahan otot, dan gerakan fungsional kaki yang tidak baik dikarenakan kurangnya pemanasan (*warming up*) dan peregangan (*stretching*) saat melakukan olahraga. Cedera Pada Pemain Sepak Bola bisa terjadi pada saat kontak fisik dengan lawan, terlalu berat latihan yang diberikan (*overtraining*) (Pratama et al., 2020). Cedera yang paling sering dialami oleh atlet yaitu kram otot, pegal-pegal, *sprain*, *strain*, dsb. Ketidakstabilan suatu sendi dapat menyebabkan struktur di sekitar sendi tersebut rentan cedera apalagi jika fleksibilitas jaringan penompang tidak memadai dan penggerak sendi tidak kuat, itu akan semakin membuat atlet lebih mudah Cedera.

Pada beberapa insiden cedera ankle dapat terjadi akibat *contact* dimana terjadi benturan atau tabrakan secara langsung pada area pergelangan kaki ketika melakukan aktivitas fisik. Dalam melakukan aktivitas fisik dan olahraga sebagian besar kejadian cedera ankle dapat terjadi akibat mekanisme *non-contact* yaitu cedera yang diakibatkan oleh pergerakan ligamen dan sendi selama bergerak melompat (Toresdahl, 2016). Namun bila cederanya cukup berat tentunya membutuhkan waktu yang lebih lama hingga beberapa minggu. Penatalaksanaan yang kurang tepat pada cedera ankle dapat menunda waktu pemulihan cedera, menyebabkan penurunan kemampuan performa aktivitas sehingga atlet tidak mampu melaksanakan aktivitas atletik dalam waktu yang lebih lama,

mengakibatkan perubahan anatomis dan fisiologis, rasa nyeri berlangsung dalam durasi yang lebih lama, serta berisiko tinggi untuk mengalami cedera ankle yang berulang (Peterson, 2017).

Cedera yang dialami selain membutuhkan penanganan juga membutuhkan *Segment massage* dilakukan untuk memulihkan cedera dan beberapa macam penyakit tanpa memasukkan obat ke dalam tubuh dan bertujuan untuk meringankan atau mengurangi keluhan atau gejala pada cedera atau penyakit yang merupakan indikasi untuk dipijat (Tommy fondy, 2012). Harapan dari segment massage ini adalah pemain tidak kembali mengalami cedera yang sama dalam waktu dekat.

Mayoritas pemain sepak bola amatir mengalami cedera *ankle* dan melakukan penanganan oleh *masseur* dengan teknik *segment massage*.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi sebagai permasalahan sebagai berikut :

1. Belum diketahui Pengaruh *Segment Massage* pada Rasa Nyeri Cedera Ankle.
2. Belum diketahui teknik *Segment Massage* yang digunakan pada saat penyembuhan.
3. Sering terjadinya cedera ankle saat latihan maupun pertandingan sepak bola amatir.

C. PEMBATAAN MASALAH

Karena keterbatasan waktu dan biaya masalah dalam penilitan ini, maka penulis akan membatasi masalah pada penelitian ini, Yaitu mengetahui Analisis *Segment Massage* Pada Rasa Nyeri Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Amatir.

D. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah dapat di rumuskan menjadi: “Bagaimana Analisis *Segment Massage* Pada Rasa Nyeri Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Amatir ?”.

E. MANFAAT PENELITIAN

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Dari segi teoritis Hasil penilitan ini di harapkan bisa memberikan sumbangan ilmiah untuk pengembangan ilmu keolahragan tentang masalah Analisis *Segment Massage* Pada Rasa Nyeri Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Amatir.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi *Masseur*

Penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dan juga ilmu tentang Cedera dan Rasa Nyeri yang di alami oleh atlet yang di alami dan

bagaimana penanganannya, Dan juga dapat memiliki teknik yang tepat dalam penggunaannya.

b) Bagi Pelatih dan Atlet

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk penanganan yang tepat saat atlet merasakan Rasa Nyeri pada Ankle.

