

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Futsal nama resmi dari “*five side indoor football*” telah menjadi sangat populer dalam beberapa tahun terakhir. Permainan futsal sebagai permainan yang membutuhkan tenaga dan fisik yang kuat, dikarenakan pemain diharuskan terus bergerak dan berlari untuk bisa menciptakan peluang menang dalam permainan. Dalam pertandingan futsal atlet dituntut untuk melakukan gerakan yang cepat dan tepat mengingat waktu pertandingan futsal hanya berdurasi 2 x 20 menit. Maka dari itu permainan ini memiliki intensitas permainan yang tinggi. Futsal satu jenis olahraga yang memiliki teknik permainan kontak fisik dengan resiko cedera yang tinggi, seperti *sleding tackle* (menjegal dari belakang), *body charge* (benturan badan), dan aspek kekerasan lain dalam futsal.

Pertimbangan pada sifat futsal yang membutuhkan banyak sprint dan seringnya terjadi perubahan arah gerakan, yaitu faktor kebugaran fisik (terutama kecepatan dan ketangkasan). Mengingat semakin populernya futsal, maka angka kejadian cedera di futsal tergolong tinggi. Karna dalam permainan ini lebih banyak menggunakan ekstremitas bawah. Cedera pergelangan kaki dapat terjadi karena terkilir secara mendadak ke arah lateral atau medial yang berakibat robeknya serabut ligamentum pada sendi pergelangan kaki. Angka cedera tertinggi pada olahraga futsal terdapat pada bagian tungkai bawah. Untuk cedera yang terjadi pada ekstremitas bawah tercatat sekitar 85,2%. Pergelangan kaki menjadi lokasi cedera

yang paling sering dengan persentase sebanyak 40,7% (Herdiandanu & Djawa, 2020).

(Wulan Anggreini Kadir, Lailatuz Zaidah, 2022) membuktikan faktor yang paling dominan sebagai penyebab cedera yaitu faktor resiko eksternal sebanyak 80,58% kasus cedera karena benturan dengan lawan main, kondisi lapangan yang kurang baik dan peralatan yang digunakan tidak lengkap (tidak menggunakan deker). Sedangkan resiko cedera berdasarkan faktor kondisi badan yang kurang sehat dan kurangnya keseimbangan tubuh saat bermain hanya sebesar 19,42% kasus cedera. Atlet yang mengalami cedera akan mengalami kesulitan untuk melakukan aktivitas fungsional sehari-hari, latihan ataupun melakukan pertandingan. Cedera yang dialami atlet harus secepatnya dilakukan penanganan untuk menghindari cedera yang berkelanjutan seperti mengalami kelumpuhan, cacat fisik. Maka dari itu dibutuhkan penanganan pertama pada cedera.

Penanganan pertama pada cedera *ankle* sangat penting dalam membantu mengurangi rasa nyeri serta membantu pemulihan dengan baik sehingga tidak merugikan pemain serta menghambat prestasinya. Prinsip penanganan cedera yang terbaru diperkenalkan oleh dua orang fisioterapis asal italia yaitu Blaise dan Jean – Francous Esculier yaitu dengan metode PEACE & LOVE. tidak terlalu berbeda dengan metode sebelumnya yaitu metode RICE, hanya saja pada metode ini tak berhenti pada fase *healing* atau perbaikan jaringan saja tapi juga memperhatikan aspek pemulihan cedera. Pada fase perbaikan jaringan menggunakan prinsip PEACE, sedangkan pemulihan menggunakan prinsip LOVE (Purba et al., 2021).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan futsal adalah permainan tim yang memiliki intensitas permainan yang tinggi karena pada permainan ini membutuhkan banyak sprint dan seringnya terjadi perubahan arah gerak. permainan futsal juga memiliki teknik-teknik permainan yang banyak menimbulkan benturan dengan lawan. Selain itu terdapat faktor eksternal dan internal yang dapat memperbesar potensi atlet mengalami cedera. Dalam permainan futsal salah satu anggota tubuh yang sering terjadi cedera adalah pada ekstremitas bawah terutama pada bagian dengkul dan *ankle*. Penanganan pertama yang baik sangat penting untuk mengurangi rasa nyeri serta membantu pemulihan dengan baik.

Berdasarkan hasil observasi awal permasalahan yang sering di hadapi oleh atlet futsal putra Universitas Negeri Jakarta yaitu terdapat cedera *ankle* pada saat pertandingan maupun sesi latihan. Disebaban kondisi lapangan dan peralatan yang digunakan kurang baik dan pemanasan yang kurang maksimal akibat keterlambatan hadir pada sesi latihan ataupun pertandingan. Selain itu minimnya pengetahuan atlet terkait penanganan pertama cedera yang dapat menyebabkan cedera tersebut menjadi lebih sering kambuh karna penanganan yang kurang maksimal ataupun memaksakan tetap bermain ketika mengalami cedera.

Berdasarkan latar belakang, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Analisis Cedera *Ankle* Pada Atlet Futsal Putra Universitas Negeri Jakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Tingginya intensitas permainan pada pertandingan futsal.
2. Terdapat teknik dasar permainan futsal yang salah.
3. terdapat kondisi lapangan yang kurang baik.
4. Minimnya persiapan atlet sebelum latihan dan pertandingan.
5. Tingginya resiko cedera ekstrimitas bawah pada permainan futsal.
6. Terdapat cedera akut pada atlet futsal putra Universitas Negeri Jakarta.
7. Rendahnya tingkat pengetahuan tentang metode penanganan pertama cedera *ankle* pada atlet futsal putra universitas negeri jakarta.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini berjalan dengan lancar dan baik, maka masalah penelitian ini dibatasi dan masalah yang akan dibahas adalah “Analisis Cedera *Ankle* Pada Atlet Futsal Putra Universitas Negeri Jakarta”.

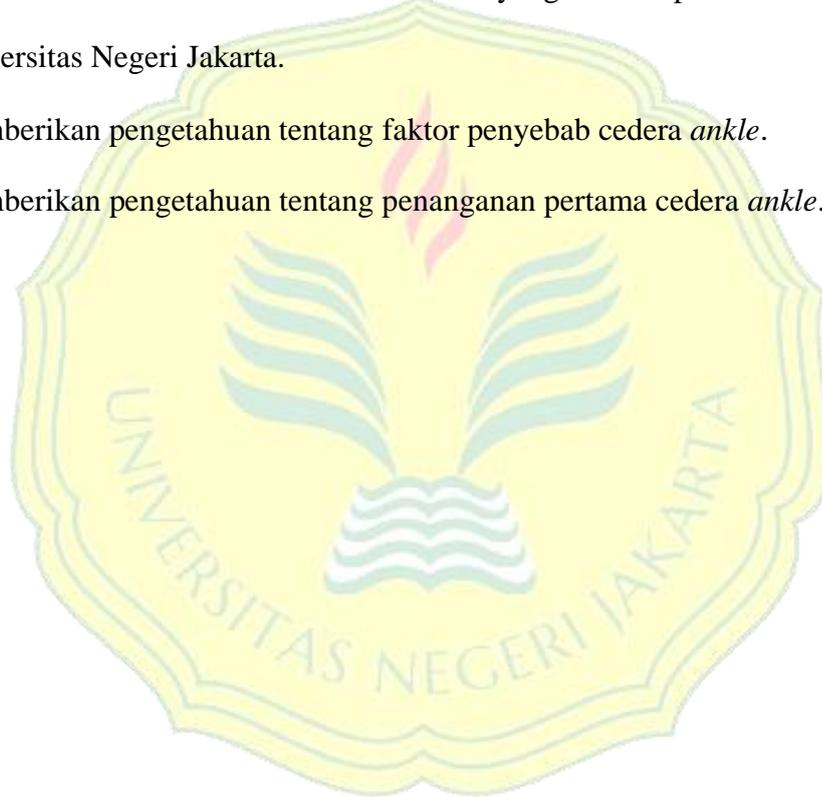
D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah tersebut, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimana analisis cedera *ankle* pada atlet futsal putra Universitas Negeri Jakarta?”

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Pada akhirnya hasil penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Untuk memberikan bahan evaluasi bagi atlet dan pelatih mengenai cedera *ankle* yang dialami oleh tim futsal putra Universitas Negeri Jakarta.
2. Untuk memberikan informasi cedera *ankle* yang dialami pada atlet futsal putra Universitas Negeri Jakarta.
3. Memberikan pengetahuan tentang faktor penyebab cedera *ankle*.
4. Memberikan pengetahuan tentang penanganan pertama cedera *ankle*.



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*