

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat, olahraga dapat memberikan manfaat serta ilmu pengetahuan. Dalam pendidikan, olahraga dikemas dalam bentuk proses pembelajaran sekolah, dengan itu peserta didik dapat menuangkan bakat serta kemampuan melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Satuan pendidikan (sekolah) memberikan wadah kepada peserta didik untuk melakukan keleluasaan bergerak serta mengenal dan belajar beberapa cabang olahraga dan juga kesehatan.

Menurut Rosdiani (2012: 138), Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Pembelajaran Pendidikan Jasmani tidak kalah penting dengan mata pelajaran yang lainnya, karena pembelajaran Pendidikan Jasmani menjadi salah satu bagian yang penting dari pendidikan. Melalui Pendidikan Jasmani peserta didik akan mengembangkan keterampilan gerak, hidup sehat, dan mengarah pada kesehatan fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani mempelajari antara lain: atletik, olahraga permainan, olahraga akuatik, bela diri, dan kesehatan. Pada dasarnya, kegiatan Pendidikan Jasmani banyak melibatkan bagian tubuh untuk bergerak, seperti tubuh bagian atas, tubuh bagian tengah, dan tubuh bagian bawah.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani cukup erat kaitannya dengan cedera. Cedera merupakan sesuatu yang sulit dihindari ketika seseorang melakukan aktivitas olahraga. Cedera dapat menyerang hampir seluruh bagian tubuh, dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani apabila siswa

dihadapkan dengan suatu permainan mereka lupa bahwa mereka dibatasi dengan aturan supaya tidak mengalami cedera, karena jika tidak dibatasi dengan aturan, hal ini dapat memperbesar peluang terjadinya cedera. Hal ini sangat berbahaya jika cedera terjadi kepada peserta didik, karena dapat berdampak buruk terhadap fisik dan juga mentalnya.

Hal tersebut dikuatkan dengan pendapat menurut Khadavi & Ulfah (2019), bahwa cedera atau trauma itu adalah segala sesuatu yang berbentuk peristiwa yang telah terjadi, yang mengenai jaringan tubuh secara tiba-tiba. Hal yang sama dikemukakan WHO (2008) & WHO (2014) dalam Lubis *et al.*, (2015) bahwa cedera sendiri merupakan kerusakan fisik yang terjadi ketika tubuh manusia tiba-tiba mengalami penurunan energi dalam jumlah yang melebihi ambang batas toleransi fisiologis atau akibat dari kurangnya satu atau lebih elemen penting seperti oksigen. Maka dari itu, berdasarkan pendapat tersebut seorang guru Pendidikan Jasmani harus berhati-hati dalam mempersiapkan dan melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Cedera dapat disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari individu sendiri, seperti koordinasi gerakan yang salah, beban berlebih, dehidrasi, dan lain-lain. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu atau lingkungan seperti cedera yang disebabkan karena kontak langsung, sarana dan prasarana yang tidak aman, cuaca atau lingkungan dan lain-lain (Arinda, 2014).

Di Indonesia, jenis cedera yang paling umum adalah luka lecet/memar sebesar 70,9%, terkilir 27,5%, dan luka robek sebesar 23,2%. Cedera yang tidak disengaja mencapai hampir 90% kasus (Kemenkes, 2013: 10). Cedera juga menyebabkan kecacatan, biaya pengobatan, rehabilitasi, dan kehilangan produktivitas (Abbadi *et al.*, 2016: 2). Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa ketidaktahuan dan ketidakpahaman mengenai cedera dapat menyebabkan berbagai dampak yang mengganggu aktifitas sehari-hari. Keadaan tersebut dapat

diminimalisir dengan pengetahuan tentang pencegahan dan perawatan pada cedera olahraga yang tepat.

Menurut Wijaya *et al.*, (2019) fenomena yang terjadi di Indonesia menunjukkan kejadian cedera olahraga masih tinggi terjadi di sekolah, seperti luka, memar, keseleo, kram, patah tulang, dan lain-lain.

Pencegahan dan perawatan pertama yang dilakukan oleh guru dapat meredakan cedera yang dialami oleh siswa, penanganan yang salah saat pertama kali dapat berakibat buruk dikemudian hari (Sihaloho, 2019:3), oleh sebab itu perlunya pengetahuan serta keterampilan guru Pendidikan Jasmani tentang pencegahan dan perawatan cedera olahraga dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani sehingga dapat meminimalisir terjadinya cedera pada siswa.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengetahuan yaitu pendidikan, informasi/media massa, sosial, budaya, dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia (Simatupang, 2016). Dengan adanya informasi yang baru mengenai berbagai hal maka dapat memberikan landasan kognitif baru yang pada akhirnya terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

Mata kuliah Pencegahan dan Perawatan Cedera Olahraga (PPCO) adalah mata kuliah wajib bagi mahasiswa prodi Pendidikan Jasmani. Dalam mata kuliah pencegahan dan perawatan cedera olahraga, berbagai pengetahuan mengenai cara untuk mencegah dan merawat cedera dalam olahraga dipelajari dalam mata kuliah tersebut.

Tidak hanya berupa materi tetapi juga mempraktekkan secara langsung bagaimana cara mencegah dan merawat cedera olahraga. Ilmu yang didapat dari mata kuliah tersebut menjadi bekal yang sangat berharga ketika menjadi seorang guru Pendidikan Jasmani, agar dapat menciptakan sebuah pembelajaran yang aman dan tepat sesuai dengan kemampuan peserta didik, dengan demikian dengan adanya mata kuliah Pencegahan dan

Perawatan Cedera Olahraga (PPCO) diharapkan tingkat terjadinya cedera bisa diminimalisir bahkan tidak ada peserta didik yang mengalami cedera.

Permasalahan mengenai tingkat pemahaman guru Pendidikan Jasmani terhadap pencegahan dan perawatan cedera didukung dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti, masih ditemukan guru Pendidikan Jasmani yang kurang memiliki pengetahuan tentang pencegahan dan perawatan cedera, salah satu guru Pendidikan Jasmani SMA terutama di Kecamatan Cengkareng masih belum tepat dalam menangani cedera terutama *ankle sprain*, dalam satu kasus masih ada guru Pendidikan Jasmani yang belum paham jika *ankle sprain* tidak disarankan untuk di *massage*/pijat, hal ini diperkuat oleh pendapat menurut Arsani (2019) tentang hal yang perlu diperhatikan dalam penanganan cedera, yaitu dalam 24-48 jam pertama setelah terjadinya cedera tidak boleh melakukan *massage* atau memanaskan bagian yang cedera karena dapat memperberat cedera, sehingga pengobatan yang dilakukan hanya menggunakan metode *rest ice compression elevation*. Penanganan menggunakan prinsip *rest ice compression elevation* dapat memberikan penanganan dini yang cepat, tepat dan aman terhadap reaksi peradangan pada cedera.

Selain itu, dalam pengamatan peneliti sarana dan prasarana yang digunakan guru Pendidikan Jasmani di SMA tersebut sebagian masih belum memadai untuk digunakan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Sebagai contoh kondisi lapangan yang terlalu dekat dengan ruang kelas dan juga area bebas pada lapangan yang kurang luas, hal tersebut mengakibatkan beberapa materi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani menjadi kurang maksimal. Beberapa alat olahraga yang sudah tidak layak tetapi tetap digunakan dalam proses pembelajaran. Hal ini seharusnya diperhatikan oleh guru Pendidikan Jasmani dan pihak sekolah agar siswa dapat melaksanakan kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan aman dan menyenangkan serta tidak ada rasa takut ketika siswa melakukan aktivitas pembelajaran.

Oleh karena itu berdasarkan pengamatan diatas yang melatar belakangi peneliti, dan belum diketahuinya tingkat pengetahuan tentang pencegahan dan perawatan cedera olahraga oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA se-Kecamatan Cengkareng, peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan para guru Pendidikan Jasmani SMA. Dengan demikian peneliti melakukan penelitian dengan judul "Survei Tingkat Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera Olahraga di SMA se-Kecamatan Cengkareng." Hal ini diharapkan dapat membantu kelancaran proses pembelajaran dan mampu membantu siswa yang mengalami cedera dengan aman, sehingga perlu diadakan penelitian yang berguna untuk mengetahui tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera olahraga.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Guru Pendidikan Jasmani belum maksimal saat memberikan tindakan pencegahan dan perawatan cedera olahraga.
2. Keterampilan dalam melakukan pertolongan pertama terhadap cedera belum cukup maksimal.
3. Beberapa penyebab timbulnya cedera belum dapat diantisipasi guru Pendidikan Jasmani dengan baik.
4. Beberapa siswa terganggu aktivitasnya setelah mengalami cedera saat berolahraga.
5. Belum diketahui tingkat pencegahan dan perawatan cedera yang dilakukan oleh guru dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMA Se-Kecamatan Cengkareng

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, perlu adanya batasan masalah agar fokus penelitian menjadi lebih jelas, yaitu Survei Tingkat Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera Olahraga di SMA Se- Kecamatan Cengkareng.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, permasalahan dalam penelitian ini adalah seberapa tinggi tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tentang pencegahan dan perawatan cedera olahraga di SMA Se- Kecamatan Cengkareng?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Secara teoritis

- a. Dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tentang pencegahan dan perawatan cedera olahraga.
- b. Dapat dijadikan kajian tentang tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tentang pencegahan dan perawatan cedera olahraga di SMA se- Kecamatan Cengkareng.

2. Secara praktis

- a. Bagi Guru

Diharapkan hasil penelitian memberikan manfaat kepada guru tentang betapa pentingnya mengetahui pencegahan dan perawatan cedera olahraga dan membantu guru belajar lebih banyak tentang pencegahan dan perawatan cedera agar siswa merasa aman saat belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

b. Bagi pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembaca untuk dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pencegahan dan perawatan cedera olahraga.

