

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga futsal adalah salah satu cabang yang memerlukan energi dan daya tahan tubuh terutama di bagian kaki, untuk bisa lebih fokus di dalam permainan. performa otot dan jaringan yang tersambung pun adalah salah satu kuncinya, hal ini merupakan bagian terpenting. Cabang olahraga futsal juga salah satu yang memiliki resiko tinggi bagi atlet mengalami cedera. Baik cedera ringan, sedang atau bahkan cedera yang parah dan mengakibatkan pemulihan yang cukup lama.

Pemulihan cedera apabila tidak ditangani dengan cepat dan benar dapat mengakibatkan gangguan atau keterbatasan fisik, baik dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari maupun melakukan aktivitas olahraga yang bersangkutan. Bahkan bagi atlet ini bisa berarti istirahat yang cukup lama atau bahkan harus meninggalkan dunia olahraga untuk selamanya. Oleh sebab itu dalam penanganan cedera harus dilakukan dengan tepat dan menggunakan terapi dan rehabilitasi yang sesuai dengan cedera yang dialami. Agar nantinya cedera yang dialami bukan hanya sekedar pulih akan tetapi dapat melakukan aktivitas dengan maksimal meskipun ketika seseorang sudah mengalami cedera maka kemampuan dari bagian tubuh yang cedera tidak akan sama dengan kondisi awal sebelum cedera.

(Yuliani;2019) mengatakan bahwa saat terjadi cedera dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas fisik, psikis, dan prestasi sehingga cedera tersebut memberikan dampak yang fatal bagi seseorang.

Sedangkan dalam aktivitas jasmani dan kegiatan olahraga sangat rentan menimbulkan kecelakaan atau cedera pada aspek fisik atau jasmaniah. Apabila terjadi kecelakaan atau cedera karena kecelakaan berkendara maupun kegiatan olahraga sebaiknya memberikan pertolongan dini dengan prinsip-prinsip yang benar sesuai dengan kaidah pertolongan pertama agar cedera yang terjadi tidak semakin parah.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 memaparkan bahwa proporsi cedera di Indonesia mengalami peningkatan dari 8,2% pada tahun 2013 kemudian, pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 9,2% dan mengakibatkan kegiatan harian terganggu. Anggota gerak bawah menjadi bagian yang paling sering terkena cedera yaitu sebesar 67,9% selanjutnya, diposisi kedua bagian yang sering terkena cedera yaitu anggota gerak atas sebesar 32,7%. Sedangkan Bokerom memberikan pengelompokan Data 25% dari cedera pada sistem *moskuloskeletal* mengalami *ankle sprain*. Kejadian *ankle sprain* pada atlet mencapai presentase hingga 50% dari semua jenis cedera yang terjadi ketika berolahraga (Bokerom et al, 2020). Risiko cedera tertinggi yang terjadi pada pemain futsal ialah cedera ankle (47,4%). Selain cedera ankle, terdapat cedera pinggang (34,6%) dan *knee joint* (25,6%). Kemudian posisi cedera berikutnya adalah kepala dan wajah (20,5%), kaki (16,7%), pinggul dan paha (12,8%), tangan (10,3%), punggung (9,0%), leher (7,7%), betis (6,4%), bahu (2,6%), serta dada dan lengan (1,3%) (Muhammad et al., 2022, p. 28)

Ada dua jenis cedera yang dialami oleh atlet, yaitu trauma akut dan sindrom yang berlarut-larut, *overuse syndromen*. Trauma akut merupakan suatu cedera

berat yang terjadi secara mendadak, seperti cedera goresan, robek pada ligamen, atau patah tulang karena terjatuh. Cedera akut biasanya memerlukan pertolongan dengan segera. Cara yang efektif dalam mengatasi cedera adalah dengan memahami beberapa jenis cedera dan mengenali bagaimana tubuh memberikan respon terhadap cedera tersebut. Untuk mengetahuinya perlu edukasi dengan pemberian pemahaman langsung dengan Tindakan yang dirancang melalui permasalahan yang di hadapi. Penelitian tindakan dalam pencegahan dan manajemen cedera adalah pendekatan kolaboratif dan sistematis yang menggabungkan penelitian dengan intervensi praktis. Hal ini melibatkan praktisi dan pemangku kepentingan yang bekerja sama untuk mengidentifikasi masalah, menerapkan solusi, dan mengevaluasi hasil dalam situasi sebenarnya. Kesimpulannya bahwa penelitian tindakan adalah suatu penelitian tindakan (*Action Research*) yang dilakukan oleh guru atau pengajar dan tidak terbatas pada ruang lingkup tertentu, pada hakekatnya penelitian ini adalah serangkaian riset tindakan yang tidak hanya dilakukan dalam kelas melainkan juga bisa dilakukan di luar kelas.

Riset tindakan dalam menangani masalah di atas gunanya untuk atlet mendapatkan pertolongan pertama secepatnya setelah menalami benturan dan kecelakaan. Supaya *recovery* yang di dapatkan sesuai dan tepat sehingga tidak memerlukan waktu yang Panjang. Dari masalah di atas peneliti tertarik untuk meneliti penanganan cedera dengan penerapan menggunakan metode tindakan yang efektif serta berfungsi untuk “ Penerapan penanganan cedera pada atlet KOP futsal Universitas Negeri Jakarta”

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang peneliti memfokuskan permasalahan yang terjadi pada saat penanganan cedera ankle dalam cabang olahraga futsal dengan program yang di rancang sesuai dengan tahapan awal sehingga dapat di aplikasikan sesuai kriteria yang di sebut orang coba.

C. Kegunaan Hasil Penelitian

1) Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat Bagi pengemabangan ilmu keolaharagaan dan untuk KOP futsal Universitas negeri jakarta khususnya dalam pengetahuan penanganan cedera olahraga pada atlet maupun non atlet.

2) Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini di harapkan menjadi bahan pengetahuan yang dapat di aplikasikan pada saat Latihan maupun bertanding bagi anggota KOP futsal Universitas Negeri Jakarta. Khususnya dalam bidang pengetahuan penengan cedera olahraga.

