

**PENGETAHUAN PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA
GURU PENJAS SEKOLAH DASAR SE KECAMATAN BAGELEN
KABUPATEN PURWOREJO TAHUN 2015/2016**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



Oleh

Iksan Saadullah
11604224027

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “**Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016**” yang disusun oleh Iksan Saadullah, NIM.11604224027 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, November 2015
Pembimbing



Drs. Bambang Priyonoadi, M.Kes.
NIP. 19590528 198502 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016”** yang disusun oleh Iksan Saadullah, NIM.11604224027, ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, November 2015
Yang Menyatakan,



Iksan Saadullah
NIM. 11604224027

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “**Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016**” yang disusun oleh Iksan Saadullah, NIM.11604224027 ini telah dipertahankan didepan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 2 November 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Bambang Priyonoadi, M. Kes	Ketua Penguji		30/11/15
Hedi Ardiyanto H, M.Or.	Sekretaris Penguji		24/11/15
Tri Ani Hastuti, M.Pd	Penguji I		20/11/2015
R. Sunardiyanta, M. Kes.	Penguji II		26/11/2015

Yogyakarta, November 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

Visi tanpa tindakan hanyalah sebuah mimpi

Tindakan tanpa visi hanyalah membuang waktu

Visi dengan tindakan akan mengubah dunia.

(Joe Arthur)

Tidak ada rahasia untuk sukses

Ini adalah hasil dari sebuah persiapan, kerja keras, dan belajar dari kesalahan.

(Colin Powel)

Hadapilah segala tantangan mohon petunjuk sang Kuasa

(Iksan Saadullah)

PERSEMBAHAN

Seiring ucapan syukur ingin saya persembahkan karya sederhana ini untuk:

- ❖ Terima kasih kepada Ibuku, Ibu Sumiyati yang sangat saya cintai dan doanya yang tak pernah terhenti untukku, Bapak Sunarto yang dengan segenap jiwa raga selalu menyayangi ,mencintai, mendo'akan, menjaga serta memberikan motivasi dan pengorbanan tak ternilai.
- ❖ Kakak Mustaqim B.A dan Adik Ratnasari Suminar yang selalu memberikan doa untuk menyelesaikan skripsi ini

**PENGETAHUAN PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA
GURU PENJAS SEKOLAH DASAR SE KECAMATAN BAGELEN
KABUPATEN PURWOREJO TAHUN 2015/2016**

Oleh:
Iksan Saadullah
NIM. 11604224027

ABSTRAK

Pembelajaran Penjasorkes beresiko mendatangkan cedera. Guru Penjasorkes merupakan orang utama yang bertanggungjawab jika terjadi cedera dalam pembelajaran penjasorkes. Untuk itu guru penjasorkes harus mempunyai pengetahuan dalam pencegahan dan perawatan cedera. Beberapa guru Penjasorkes SD se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo jika terjadi cedera saat pembelajaran belum dapat melakukan tindakan sesuai prosedur yang benar. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan guru Penjasorkes SD se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survey. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru Penjasorkes SD se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo yang berjumlah 22 guru. Instrumen penelitian menggunakan angket. Teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 termasuk dalam kategori sedang. Dengan persentase sebesar 0,00% (0 siswa) termasuk dalam kategori sangat baik, baik, 13,64% (3 siswa), 45,45% (10 siswa) termasuk dalam kategori sedang, 31,82% (7 siswa) termasuk dalam kategori termasuk dalam kategori kurang, 9,09% (2 siswa) adalah termasuk dalam kategori kurang sekali.

Kata kunci: *pengetahuan, pencegahan dan perawatan cedera*

KATA PENGANTAR

Hanya patut bersyukur kepada Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul **“Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016”** dapat diselesaikan dengan lancar.

Penyusun tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M. Pd, M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Amat Komari, M.Si., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.
4. Bapak Sriawan, M.Kes., Ketua Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dan fasilitas.

5. Bapak Heri Purwanto, M.Pd. selaku Penasehat Akademik, yang telah memberikan bimbingan dan arahan demi kelancaran studi penulis.
6. Bapak Bambang Priyonoadi, M.Kes. selaku pembimbing skripsi yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang ikhlas membagi ilmunya.
8. Guru penjas di SD se Kecamatan Bagelen yang telah berkontribusi banyak dalam penelitian ini.
9. Keluarga besar PGSD Penjas Kelas B Angkatan 2011 terima kasih kebersamaannya.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini.

Yogyakarta, November 2015
Penulis,

Iksan Saadullah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori.....	8
1. Hakikat Pengetahuan.....	8
2. Hakikat Keterampilan.....	9
3. Hakikat Cedera.....	14
4. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	38
5. Tujuan PJOK	40

B. Penelitian yang Relevan	41
C. Kerangka Berpikir	43
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	45
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
C. Populasi dan Sampel Penelitian	45
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	46
E. Teknik Analisis Data	54
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	56
1. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Secara Keseluruhan.....	56
2. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengetahuan.....	58
3. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengalaman.....	59
4. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Motivasi dan Sarpras.	61
B. Pembahasan.....	63
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	68
B. Implikasi Hasil Penelitian	68
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	68
D. Saran-saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Daftar Nama Guru Penjasorkes SD se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo.....	4
Tabel 2. Kisi-kisi Uji Coba Angket Penelitian.....	48
Tabel 3. Pembobotan skor opsi/jawaban.....	49
Tabel 4. Kisi- kisi Angket Penelitian	52
Tabel 5. Kriteria Skor Pengkategorian.....	55
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 secara Keseluruhan.....	56
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengetahuan.....	58
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengalaman.....	60
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Motivasi dan Sarpras.....	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Cara Membalut Cedera.....	20
Gambar 2. Penanganan Kram Otot.....	21
Gambar 3. Bantal Berbentuk Donat.....	22
Gambar 4. Penutupan luka bakar menggunakan kasa.....	23
Gambar 5. Penekanan Langsung pada Luka.....	24
Gambar 6. Titik Arteri.....	25
Gambar 7. Cara Memasang <i>Torniquet</i>	26
Gambar 8. Cara Membalut Dislokasi Bahu.....	28
Gambar 9. Pemasangan Bidai.....	29
Gambar 10. Pertolongan pada <i>Heat Stroke</i> dan <i>Heat Exhaustion</i>	30
Gambar 11. Cara Memberikan Pernafasan Buatan <i>Mouth to Mouth</i>	32
Gambar 12. Pernafasan cara Nielsen.....	33
Gambar 13. Pernafasan buatan cara Silvester.....	33
Gambar 14 . Penanganan luka iris.....	35
Gambar 15. Penanganan luka robek.....	35
Gambar 16. <i>Strain</i>	37
Gambar 17. <i>Sprain</i>	38
Gambar 18. Kerangka Konsep.....	44

Gambar 19. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Secara Keseluruhan.....	57
Gambar 20. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengetahuan.....	59
Gambar 21. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengalaman.....	61
Gambar 22. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Motivasi dan Sarpras.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	73
Lampiran 2. Surat Keterangan <i>Expert Judgement</i>	76
Lampiran 3. Instrumen Penelitian	78
Lampiran 4. Data Uji Coba Penelitian	82
1. Uji Validitas.....	82
2. Uji Reliabilitas.....	83
Lampiran 5. Data Penelitian.....	84
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	87

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang masalah

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang bertujuan untuk memperbaiki kinerja dan meningkatkan perkembangan manusia dengan menggunakan media aktivitas jasmani yang dipilih untuk merealisasikannya. Aktivitas pendidikan jasmani merupakan aktivitas yang biasanya dilakukan di luar ruangan atau kelas, macam aktivitas jasmani yaitu: bermain, olahraga, senam, dan lain-lain. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sangat berpotensi mendatangkan cedera karena karakteristiknya yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya yang berlangsung di kelas. Selain itu aktivitas yang dilakukan dalam pelajaran PJOK siswa biasanya melakukan kontak fisik secara langsung.

Aktivitas olahraga yang ada di pembelajaran PJOK, sangat berpotensi menimbulkan cedera. Terlebih apalagi dilakukan oleh siswa di sekolah dasar yang memiliki kekuatan fisik yang masih lemah. Jenis olahraga yang dilakukan juga berpengaruh terhadap kecelakaan yang mungkin ditimbulkan. Sarana dan prasarana juga mempengaruhi kelancaran dan keselamatan pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, sangat dibutuhkan oleh siswa sekolah dasar. Dengan adanya PJOK, diharapkan siswa memiliki kesehatan jasmani yang baik. Sehingga dapat menunjang perkembangan (fisik dan mental), serta aktivitas siswa dalam menerima materi pembelajaran yang lain. Berhasil atau tidak proses tersebut, dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain; guru PJOK, siswa, dan sarana prasarana.

Guru memiliki peran penting dalam melaksanakan PJOK di Sekolah Dasar. Pembelajaran harus disiapkan dengan matang oleh guru. Seorang guru PJOK juga harus memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam upaya pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran. Cedera merupakan suatu tenaga yang berlebih atau terlalu berat dalam beraktifitas sehingga menimbulkan rasa sakit, cacat, atau rasa nyeri lainnya. Kesalahan dalam menangani kecelakaan dapat mengakibatkan cedera kepada siswa. Cedera harus ditangani dengan benar. Apabila terjadi kesalahan dalam penanganan cedera, dapat menimbulkan cedera semakin parah bahkan kematian. Hal ini dikarenakan, siswa sekolah dasar belum memiliki rasa hati-hati yang cukup. Siswa bersemangat dan selalu ingin bisa melakukan apa yang diinstruksikan oleh guru. Tanpa menyadari kemungkinan akan terjadi kecelakaan ketika berolahraga.

Pengetahuan tentang cara-cara pencegahan dan perawatan cedera bagi guru PJOK sangatlah penting dimiliki karena pada dasarnya cedera yang dialami oleh siswa pada saat pembelajaran PJOK berlangsung akan segera dapat ditangani oleh guru PJOK tanpa harus langsung menuju rumah sakit ataupun pihak ahli dalam penyembuhan cedera. Pencegahan dan perawatan pertama yang dilakukan oleh guru dapat meredakan cedera yang dialami oleh siswa yang mengalami itu, penanganan yang salah saat pertama kali ditanganani dapat berakibat buruk di kemudian hari.

Dalam penelitian ini penulis mengangkat masalah tentang pengetahuan guru penjas SD dalam pencegahan dan perawatan cedera pada proses pembelajaran penjas di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo. Seorang

guru wajib mengetahui cara pencegahan dan perawatan yang benar tentang cedera, berlangsungnya proses pembelajaran yang berkualitas perlu segera mendapatkan perhatian dan penanganan yang serius dari pihak-pihak yang ada di dalamnya.

Semua guru PJOK yang baik itu berlatar belakang SGO, DII, SI dan SII, memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam pencegahan dan perawatan cedera. Karena di setiap jenjang pendidikan yang telah di tempuh seharusnya terdapat mata kuliah PPC (Pencegahan dan Perawatan Cedera) dan Pendidikan Keselamatan, yang dimaksud untuk menambahkan materi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Baik itu berupa teori maupun praktek di lapangan, sehingga guru mampu mengatasi dengan benar masalah yang terjadi pada siswa yang cedera.

Kenyataan yang terjadi di lapangan tidak seperti itu, apabila ada siswa yang mengalami cedera guru tidak menangani langsung siswa malah langsung di larikan ke rumah sakit yang jaraknya jauh. Padahal pembelajaran PPC tersebut sangat penting dimiliki oleh guru. Tetapi selain itu terdapat juga guru yang dapat menangani cedera. Suatu ketika pernah terjadi cedera pada salah satu siswa kelas V di SD Duren Sari yaitu pelipis terkena pemukul saat bermain kasti. Melihat kejadian tersebut guru langsung membawa ke rumah sakit padahal jika dilihat dari lukanya termasuk luka ringan atau biasa. Berbeda dengan kejadian pertama di SD Piji pada saat pembelajaran bola voli ada siswa yang terkilir ketika mendarat setelah melakukan *smash* dan guru bisa mengobati cedera tersebut dengan menerapkan *RICE*. Kedua kejadian tersebut melatarbelakangi pentingnya

diketahui seberapa besar keterampilan seorang guru penjas dalam menangani cedera.

Berikut data yang di peroleh tentang guru PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen.

Tabel 1. Daftar Nama Guru PJOK SD se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo

No	Nama Sekolah	Asal Sekolah					Penbelajaran PPC	
		NON	UT	SGO	PTS	PTN	Ada	Tidak
1.	SD N DUREN OMBO				√		√	
2.	SD N DURENSARI	√						√
3.	SD N SEMONO					√		√
4.	SD N SEMAGUNG		√					√
5.	SD N SOKO					√		√
6.	SD N PIJI		√					√
7.	SD N KEMANUKAN					√	√	
8.	SD N CLAPAR					√	√	
9.	SD N KALIREJO		√					√
10.	SD N KUWOJO					√	√	
11.	SD N BAGELEN		√					√
12.	SD N SOKOAGUNG		√					√
13.	SD N SOMOREJO		√					√
14.	SD N BAPANGSARI					√	√	
15.	SD N BEDUG					√	√	
16.	SD N TLOGOKOTES					√	√	
17.	SD N KRENDETAN					√	√	
18.	SD N SEMAWUNG					√	√	
19.	SD N BUGEL		√					√
20.	SD N PUCUNGAN					√	√	
21.	SD N TEPUS	√						√
22.	SD N KALIAGUNG			√				√
	Total	2	7	1	1	11	10	12

Dari data tabel di atas diketahui bahwa banyak guru PJOK yang tidak menerima pembelajaran Pencegahan dan Perawatan Cedera (PPC) pada waktu kuliah. Jumlah itu lebih besar daripada yang menerima pembelajaran. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian tentang pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera. Peneliti melakukan observasi awal guna mengetahui permasalahan tentang pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera pada proses pembelajaran di sekolah dasar di Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo. Dari observasi awal peneliti mendapatkan beberapa informasi. Terdapat beberapa guru PJOK yang belum Sarjana, pada waktu kuliah tidak mendapatkan materi tentang pencegahan dan perawatan cedera. Berdasarkan observasi tersebut maka penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan guru tentang pencegahan dan perawatan cedera, sehingga peneliti melakukan penelitian tentang pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera pada proses pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Obyek penelitian adalah guru sekolah dasar karena guru sekolah dasar di hadapkan pada permasalahan atau resiko terjadinya cedera pada siswa.

B. Identifikasi Masalah

Sebuah penelitian tidak terlepas dari permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut untuk diteliti, dianalisis dan dipecahkan, setelah diketahui dan dipahami latar belakang masalahnya. Maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Pembelajaran PJOK beresiko mendatangkan cedera

2. Belum diketahui seberapa besar guru mengetahui tentang cara pencegahan dan perawatan cedera yang benar
3. Belum diketahui pengetahuan guru penjaorkes di SD Se-Kecamatan Bagelen, Kabupaten Purworejo dalam pencegahan dan perawatan cedera pada siswa
4. Guru PJOK belum memiliki atau kurang memiliki pengetahuan dalam pencegahan dan perawatan cedera karena belum diajarkan pada waktu kuliah baik itu teori maupun praktek

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan agar permasalahan lebih fokus maka dibatasi permasalahannya pada pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan cedera pada saat proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar di Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah seperti di atas, masalah yang dapat dirumuskan adalah “Seberapa besar pengetahuan pencegahan dan perawatan cedera guru penjas Sekolah Dasar se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016?”

E. Tujuan penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan pencegahan dan perawatan cedera guru penjas Sekolah Dasar se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016.

F. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan masalah-masalah mengenai tingkat pengetahuan guru PJOK tentang pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi pada siswa

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penulis

Penelitian ini sangat bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan baru tentang pencegahan dan perawatan cedera

b. Bagi Siswa

Penelitian ini bermanfaat untuk lebih memperhatikan tentang keselamatan dalam melaksanakan pembelajaran penjas

c. Bagi Guru

Penelitian ini memberikan informasi terkait tingkat pengetahuan guru PJOK tentang pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi pada siswa, sehingga guru dapat mengusahakan pengajaran yang lebih tepat dan lebih memperhatikan lagi pendidikan keselamatan supaya tidak terjadi cedera dalam pembelajaran.

d. Bagi sekolah

Penelitian ini memberikan kontribusi supaya dapat mempersiapkan sarana dan pasarana yang lebih baik agar dapat meminimalisir terjadinya cedera dan dapat memfasilitasi jika terjadi cedera.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pengetahuan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmojo, 2003 : 121)

Secara sederhana, pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui manusia tentang benda, sifat, keadaan, dan harapan-harapan . Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Dalam pengertian lain, pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan inderawi. Pengetahuan muncul ketika seseorang menggunakan indera atau akal budinya untuk mengenali benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dilihat atau dirasakan sebelumnya. Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia (1996:1401), pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui karena mempelajari ilmu. Segala sesuatu yang diketahui karena proses belajar yaitu mengalami, melihat, dan mendengar.

Jadi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui dari proses belajar, yaitu melalui proses penginderaan merasakan, mengalami, melihat, dan mendengarkan. Pengetahuan berbanding lurus dengan keterampilan. Apabila pengetahuan

baik maka keterampilan ikut baik pula. Tetapi sebaliknya apabila pengetahuan kurang maka keterampilan akan kurang baik juga. Oleh karena itu guru yang terampil adalah guru yang dapat mengetahui tentang materi yang akan disampaikannya. Sehingga dapat dikatakan apabila teori dan konsep pengetahuan dikuasai maka keterampilan dalam mempraktekkan akan menguasai juga.

2. Hakikat Keterampilan

a. Pengertian Keterampilan

Keterampilan adalah usaha untuk memperoleh kompetensi cekat, tepat dan cepat dalam menghadapi permasalahan belajar. Dalam hal ini pembelajaran keterampilan dirancang sebagai proses komunikasi belajar untuk perilaku siswa menjadi cekat, cepat dan tepat. Istilah trampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi, meskipun istilah ini memiliki banyak pengertian pada umumnya yang dimaksud keterampilan adalah : kemampuan gerak dengan tingkat tertentu. Terampil menunjukkan pada derajat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang efektif dan efisien yang ditentukan oleh kecepatan, ketepatan bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri, (Singer dalam Ari Purwo Harmoko, 2010: 8). Sedangkan menurut Boni Tri Umboro (2009 :14), seseorang dikatakan trampil apabila sebuah kegiatan yang ia lakukan dapat ditandai dengan adanya kemapuan dirinya untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas

yang tinggi (cepat atau cermat) dan dengan adanya tingkat ketepatan yang relatif tepat.

Menurut Zaichkowsky dalam Winarno (2006: 101) keterampilan dikelompokkan menjadi dua kategori, yakni: (1). Keterampilan untuk melakukan suatu tindakan atau tugas, (2). Keterampilan yang merupakan kualitas dari sebuah keterampilan. Pembelajaran gerak proses yang harus diciptakan adalah dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.

Dari ketiga pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah suatu kemampuan atau kecakapan yang dimiliki seseorang dalam melaksanakan perbuatan dalam rangka menyelesaikan tugasnya. Sesuai dengan penelitian ini maka keterampilan yang dimaksud adalah keterampilan dasar dalam penanganan cedera. Sedangkan menurut Sugiyono (2007: 2-3), keterampilan memiliki 4 tipe: (1) keterampilan tertutup, (2) keterampilan terbuka, (3) keterampilan sederhana, (4) keterampilan kompleks. Keterampilan kognitif berkaitan dengan pemilihan apa yang harus dilakukan, sedangkan keterampilan gerak berkaitan dengan bagaimana melakukannya.

Menurut Hottingen dalam Ari Purwo Harmoko, (2010: 10) keterampilan gerak sering diklasifikasikan berdasarkan faktor-faktor *genetic* dan lingkungan yang terbagi menjadi 2, yaitu (1) keterampilan

phylogenetic, yang muncul dengan sendiri atau secara genetic, sebagai hasil dari proses bertambahnya usia, (2) keterampilan *ontogenetic*, merupakan keterampilan yang dihasilkan berdasarkan pengalaman.

Sedangkan menurut Hottingen (Hari Amirullah, 2003: 18) keterampilan berdasarkan faktor genetik dan faktor lingkungan dapat dibagi menjadi dua, yaitu: keterampilan *phylogenetic* dan keterampilan *antogenetic*. Keterampilan *phylogenetic*, yaitu muncul dengan sendirinya sebagai hasil dari proses bertambahnya usia. Keterampilan *phylogenetic* merupakan keterampilan anak yang dibawa sejak lahir yang kemungkinan merupakan unsur gen yang diturunkan dari orang tua. Untuk dapat menguasai keterampilan gerak. Sedangkan keterampilan *antogenetic*, merupakan keterampilan yang dihasilkan sebagai hasil dari pengaruh lingkungan. Keterampilan *antogenetic* merupakan hasil dari latihan yang dilakukan dan pengalaman yang dimiliki.

Faktor pribadi (*personal factor*) setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik fisik, mental, maupun kemampuannya. faktor situasional (*situational factor*) yang termasuk kedalam faktor situasional itu antara lain, tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, kondisi sekitar dimana pembelajaran itu berlangsung.

b. Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan

Menurut sebuah artikel yang ditulis oleh Bertnus (2009) menjelaskan bahwa ada 3 faktor yang mempengaruhi keterampilan seseorang yaitu :

1) Pengetahuan

Menurut Sunaryo (2004;114) dalam Bertnus, pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap obyek tertentu. Guru PJOK harus memiliki pengetahuan tentang tindakan-tindakan apa yang harus dilakukan untuk membangun suatu keterampilan yang bagus. Dan pengetahuan juga memberikan pemahaman mengapa kita melakukan tindakan-tindakan tersebut dalam hubungannya dengan keterampilan yang akan dibangun oleh seorang guru penjas dalam menangani cedera

2) Pengalaman

Pengalaman kerja adalah ukuran tentang lama waktu atau masa kerja yang telah ditempuh seseorang dapat memahami tugas – tugas suatu pekerjaan dan telah melaksanakan dengan baik (Ranupandojo, 1984 : 71). Dari sini dapat disimpulkan bahwa semakin banyak pengalaman seseorang dan dikaitkan dengan masa kerja yang lama dalam menangani suatu pekerjaan, maka akan semakin terampil dan menjadi kebiasaan. Apalagi jika ditunjang dengan tingkat

intelengensi, maka orang tersebut akan lebih mudah dalam mengembangkan tingkat keterampilannya.

3) Keinginan/ motivasi, Sarana dan Prasarana

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), (2008:930) motivasi adalah : “ Dorongan yang timbul pada diri seseorang sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu, atau usaha-usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau sekelompok orang tertentu bergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendaki.”

Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi terlebih dahulu didukung oleh pengetahuan guru PJOK tentang sebuah tindakan, yang diperkuat dengan pengalaman melakukan tindakan pencegahan dan perawatan cedera.

Sarana dan prasarana merupakan faktor pendukung keberhasilan dalam suatu pembelajaran. Terlebih lagi untuk pelajaran PJOK, yang mana sebagian besar pembelajarannya berupa praktek dan itu sangat membutuhkan sarana dan prasarana yang mendukung.

Menurut Agus S Suryobroto (2004 : 4) Sarana pendidikan jasmani adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pendidikan jasmani, mudah dipindahkan bahkan dibawa oleh pelakunya atau siswa. Contoh: bola, raket, pemukul kasti, tongkat balok, bad tenismeja, shuttlecock, dan masih banyak lagi. Sarana atau alat sangat penting untuk dalam memberikan motifasi dan media bagi peserta didik atau siswa untuk bergerak aktif, sehingga siswa sanggup melakukan aktifitas dengan sungguh–sungguh dengan begitu tujuan aktifitas dan pembelajaran akan tercapai.

Keterampilan tidak akan dapat dicapai bilamana tidak didukung dengan sarana yang memadai sesuai dengan apa yang

diinginkan, karena saran merupakan bagian dari proses untuk menjadikan seseorang menjadi terampil.

Jadi berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa ketiga hal tersebut sangat penting dimiliki oleh seorang guru PJOK dalam membangun sebuah keterampilan yang bagus dan professional dalam upaya penanganan cedera olahraga. Dengan tiga faktor tersebut dapat meminimalisir kejadian terburuk dan dapat mencegah dan merawat cedera yang terjadi dengan baik pada saat pembelajaran PJOK.

3. Hakikat Cedera

a. Pengertian Cedera

Cedera adalah hasil suatu tenaga berlebihan yang dilimpahkan pada tubuh tidak dapat menahan atau menyesuaikan dirinya (Depdiknas, 2000:175). Cedera olahraga menurut Andun Sudijandoko (2000: 7) adalah rasa sakit yang ditimbulkan karena olahraga, sehingga dapat menimbulkan cacat, luka dan rusak pada otot atau sendi serta bagian lain dari tubuh. Cedera olahraga rasa sakit yang ditimbulkan karena olahraga, sehingga dapat menimbulkan cacat, luka dan rusak pada otot atau sendi serta bagian lain dari tubuh.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan cedera olahraga adalah suatu tenaga yang berlebihan atau terlalu berat yang dilakukan oleh tubuh pada waktu melakukan aktifitas jasmani dan dapat

menimbulkan rasa sakit cacat, luka, rusak pada otot atau sendi serta bagian lain dari tubuh.

b. Pencegahan Cedera

Mencegah lebih baik daripada mengobati, hal ini tetap merupakan kaidah yang harus dipegang teguh. Banyak cara pencegahan tampaknya biasa-biasa saja, tetapi masing-masing tetaplah memiliki kekhususan yang perlu diperhatikan.

Menurut Andun Sudijandoko (2000: 22-27) ada beberapa macam pencegahan terhadap cedera, yaitu:

- 1) Pencegahan lewat keterampilan
Pencegahan lewat keterampilan memiliki andil yang besar dalam pencegahan cedera karena persiapan dan resikonya sudah dipikirkan lebih awal. Dalam meningkatkan keterampilan tidak cukup keterampilan tentang kemampuan fisik saja namun termasuk kemampuan daya pikir, membaca situasi, mengetahui bahaya yang bisa terjadi dan mengurangi resiko.
- 2) Pencegahan lewat *fitness*
Fitness mempunyai dua macam yaitu *strength* atau kekuatan dan daya tahan. Kekuatan berpengaruh otot lebih kuat bila dilatih, beban waktu latihan harus cukup sesuai noomor yang diinginkan, untuk latihan sifatnya individual, otot yang dilatih dengan benar tidak mudah cedera. Demikian halnya dengan daya tahan, ini meliputi endurance otot, paru dan jantung, daya tahan yang baik berarti tidak cepat lelah, karena kelelahan mengundang cedera.
- 3) Pencegahan lewat makanan
Nutrisi yang baik akan mempunyai andil mencegah cedera karena akan membantu proses pemulihan kesegaran pada seorang atlet atau siswa. Pemilihan makanan harus memenuhi tuntutan gizi yang dibutuhkan sehubungan dengan latihannya. Atlet harus makan makanan yang mudah dicerna yang berenergi tinggi kira-kira 2,5 jam menjelang latihan/pertandingan.
- 4) Pencegahan lewat pemanasan
Ada 3 alasan kenapa pemanasan harus dilakukan :

- a) Untuk melenturkan (*stretching*) otot, tendon dan ligamen utama yang akan dipakai.
 - b) Untuk menaikkan suhu badan terutama bagian dalam seperti otot dan sendi.
 - c) Untuk menyiapkan atlet secara fisik dan mental menghadapi tugasnya.
- 5) Pencegahan lewat lingkungan
Banyak terjadi bahwa cedera karena lingkungan, karena tersandung sesuatu (tas, peralatan yang tidak ditaruh secara baik) sehingga mengakibatkan cedera. Haruslah memperhatikan peralatan dan barang-barang ditaruh secara benar dan baik agar tidak membahayakan.
- 6) Pencegahan lewat peralatan
Peralatan yang standar punya peranan penting dalam mencegah cedera. Kerusakan alat sering menjadi penyebab cedera, contoh sederhana sepatu. Sepatu adalah salah satu peralatan dalam berolahraga yang mendapat banyak perhatian para ahli. Masing-masing cabang olahraga mempunyai model sepatu dengan cirinya sendiri. Sepatu yang baik, sangat membantu kenyamanan berolahraga dan dapat memperkecil resiko cedera olahraga.
- 7) Medan
Medan yang digunakan dalam latihan/pertandingan alam ataupun buatan/sintetik, keduanya menimbulkan masalah tersendiri. Alam dapat selalu berubah-ubah karena iklim, sedangkan sintetik yang telah banyak dipakai juga dapat rusak. Hal terpenting adalah atlet mampu mengantisipasi hal-hal penyebab cedera.
- 8) Pencegahan lewat pakaian
Pakaian sangat tergantung selera tetapi haruslah dipilih dengan benar, kaos, celana, kaos kaki sama juga perlu mendapat perhatian, misalnya celana yang terlalu ketat dan tidak elastis maka dalam melakukan gerakan juga tidak bebas. Khususnya atletik, sehingga menyebabkan lecet-lecet pada daerah selangkangan, bahkan dapat mempengaruhi penampilan.
- 9) Pencegahan lewat pertolongan
Setiap cedera memberi kemungkinan untuk terjadi cedera lagi yang sama atau yang lebih berat lagi, masalahnya ada kelemahan otot yang berakibat kurang stabil atau kelainan anatomi, ketidak stabilan tersebut penyebab cedera berikutnya.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, pencegahan dapat dilakukan sebelum proses pembelajaran terjadi, ketika proses pembelajaran berlangsung dan setelah proses pembelajaran selesai.

Pencegahan sebelum proses pembelajaran dapat dilakukan dengan memperhatikan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Sedangkan pencegahan ketika proses pembelajaran berlangsung dapat dilakukan dengan menjelaskan materi yang akan diajarkan dan teknik yang benar. Serta mengawasi setiap aktivitas yang dilakukan siswa. Pencegahan setelah proses pembelajaran dapat dilakukan dengan memberikan pendinginan. Banyak kasus ditemukan ketika selesai memberikan pelajaran biasanya seorang guru Penjas hanya membubarkan saja tanpa ada proses pendinginan terlebih dahulu.

Menurut Florio dalam Yustinus Sukarmin ada tiga tingkatan pencegahan cedera, yaitu:

- 1) Pencegahan primer adalah tindakan pencegahan yang dilakukan sebelum kecelakaan terjadi.
- 2) Pencegahan sekunder adalah tindakan pencegahan yang dilakukan dengan tujuan untuk meminimalkan akibat-akibat kecelakaan dengan penanganan cedera secara bijaksana.
- 3) Pencegahan tersier adalah tindakan pencegahan dengan tujuan untuk membatasi ketidakmampuan akibat-akibat kecelakaan dengan penanganan jangka panjang dan rehabilitasi.

Menurut Yustinus sukarmin untuk mencegah terjadinya kecelakaan perlu melakukan tindakan pencegahan primer dalam proses pembelajaran penjas. Sedangkan menurut Stevenson dalam Novita Intan Arovah (2012 : 8) hal yang perlu dilakukan untuk mencegah terjadinya cedera olahraga antara lain adalah:

- 1) Pemeriksaan awal sebelum melakukan olahraga untuk menentukan ada tidaknya kontra indikasi dalam olahraga.
- 2) Melakukan olahraga sesuai dengan kaidah baik, benar, terukur dan teratur.

- 3) Menggunakan sarana yang sesuai dengan olahraga yang dipilih.
- 4) Memperhatikan kondisi prasarana olahraga.
- 5) Memperhatikan lingkungan fisik seperti suhu dan kelembaban udara sekelilingnya.

Menurut Bambang Priyonoadi (2012 : 1) cedera dapat disebabkan beberapa faktor antara lain :

- 1) *Overuse*, yaitu kekuatan abnormal dalam level yang rendah berlangsung berulang-ulang dalam waktu yang lama akan menyebabkan terjadinya cedera.
- 2) Trauma, yaitu karena pernah mengalami cedera yang berat sebelumnya.
- 3) Kondisi internal meliputi keadaan atlet, program latihan maupun materi, kapasitas pelatih atau guru. Dan eksternal meliputi perlengkapan olahraga, saran dan fasilitas pendukung.

c. **Macam-macam Cedera dan Perawatannya**

Sebelum dikemukakan tentang macam-macam cedera dalam olahraga, beberapa ahli menjelaskan tentang pengklasifikasian cedera olahraga. Brad Walker (2007: 11) menjelaskan jenis cedera secara umum menjadi 3 yaitu:

1) Ringan

Cedera ringan akan menyebabkan rasa sakit minimal dan pembengkakan. Itu tidak akan merugikan atau mempengaruhi aktifitas dan daerah yang terkena sakit tidak akan menimbulkan cacat pada bagian tubuh.

2) Sedang

Cedera ringan akibat olahraga akan mengakibatkan pembengkakan. Itu akan memiliki pengaruh pada aktifitas olahraga dan daerah yang terkena akan terasa nyeri untuk disentuh. Beberapa luka di daerah cedera juga dapat muncul.

3) Berat

Cedera berat akibat olahraga akan mengakibatkan peningkatan rasa sakit dan pembengkakan . Itu juga berakibat pada aktifitas normal sehari-hari. Daerah cedera biasanya terasa sangat sakit ketika disentuh dan luka tersebut juga mengakibatkan cacat pada anggota tubuh.

Menurut Fatimah (2005 : 5-9) macam cedera yang sering terjadi adalah : *strain*, *sprain*, dislokasi dan patah tulang. Secara umum cedera yang sering dialami karena aktivitas olahraga sebagai berikut:

1) Memar

Menurut Ronald P. Pfeiffer (2009 : 38) memar merupakan cedera yang di sebabkan oleh benturan benda keras pada jaringan lunak tubuh. Pada memar, jaringan di bawah permukaan kulit rusak dan pembuluh darah kecil pecah sehingga darah dan cairan seluler merembes ke jaringan sekitarnya. Ronald P. Pfeiffer (2009:36) menambahkan bahwa ketika terjadi memar, strain dan sprain pada saat olahraga terapi dingin sering digunakan bersama-

sama dengan teknik pertolongan pertama pada cedera yang di sebut RICE (*Rest, Ice, Compression and Elevation*).

Prinsip penanganan *RICE* menurut Andun Sudijandoko (2000: 31), yaitu :

R – *Rest* : Diistirahatkan, adalah tindakan pertolongan pertama yang esensial penting untuk mencegah kerusakan jaringan lebih lanjut.

I – *Ice* : Terapi dingin, gunanya mengurangi perdarahan dan meredakan rasa nyeri.

C – *Compression* : Penekanan atau balut tekan gunanya membantu mengurangi pembengkakan jaringan dan perdarahan lebih lanjut. Yaitu mempergunakan kompresi elastis selama dua hari untuk mencegah pembengkakan dan menghentikan perdarahan. Pembalutan dapat menggunakan perban atau pembalut tekan yang elastis (*tensocrepe*) dan harus dipakai senyaman mungkin.



Gambar 1. Cara Membalut Cedera
(Sumber: www.sportsinjuryclinic.net)

E –*Elevation* : Peninggian daerah cedera gunanya mencegah statis, mengurangi edema (pembengkakan) dan rasa nyeri.

2) Kram otot

Kram otot merupakan cedera yang sering terjadi pada otot jika otot terlalu dipaksa bergerak. Kram otot merupakan rasa nyeri atau sakit sehingga otot mengalami kram dan terasa sakit jika bergerak. Kram otot merupakan kontraksi otot tertentu yang

berlebihan dan secara mendadak dan tanpa disadari. Menurut Kartono Muhammad (2001 : 31) kram otot terjadi karena letih, biasanya terjadi pada malam hari atau kedinginan dan dapat pula karena panas, dehidrasi, trauma pada otot bersangkutan atau kekurangan magnesium. Menurut Paul M. Taylor (1997: 127) pertolongan pertama pada penderita kram adalah dengan meregangkan (menarik) otot tersebut secara perlahan-lahan dan pijat/pegang otot tersebut. Apabila kram otot terjadi pada otot betis, maka penderita dapat menarik ke belakang jari-jari kaki dengan salah satu tangan, sementara tangan yang satunya memegang otot-otot yang kram. Apabila terjadi pada otot kaki bagian atas atau bagian-bagian tubuh lainnya diperlukan orang lain untuk mengatasi kram tersebut



Gambar 2 : penanganan kram otot
(Sumber : <https://artikelfisioterapi.files.wordpress.com>)

3) Lepuh

Cedera lepuh merupakan cedera yang terjadi pada kulit karena terkena panas berlebih. Biasanya terjadi karena terkena cairan panas atau api. Menurut Ronald P. Pfejffer (2009 : 36) lepuh merupakan timbulnya benjolan dikulit dan didalamnya

terdapat cairan berwarna bening. Lepuh terjadi akibat penggunaan peralatan tidak pas, peralatan masih baru, atau peralatan yang lama seperti sepatu terlalu kecil. Ronald P. Pfeiffer (2009 : 36) menambahkan pertolongan pertama pada cedera lepuh adalah tidak memecahkan benjolan atau *blister*.

Menurut Ronald P. Pfeiffer (2009:36) pertolongan pertama ketika terjadi cedera lepuh adalah tidak memecahkan benjolan atau *blister*. Kemudian langkah yang dapat dilakukan selanjutnya dengan mencuci area yang mengalami lepuh, kemudian buat sebuah lubang sebesar luka lepuh berbentuk donat menggunakan *molefoam* atau bisa menggunakan kardus. Selanjutnya tempelkan beberapa tumpuk bantalan berbentuk donat tersebut di area yang mengalami luka lepuh. Oleskan salep antibiotik di lubang tersebut, kemudian tutup menggunakan bantalan kassa (*uncut gauze pad*). Jika luka lepuh pecah, tetap lakukan perawatan yang sama seperti luka lepuh yang belum pecah.



**Gambar 3. Bantalan Berbentuk Donat
(Sumber : Ronald P. Pfeiffer , 2009:36)**

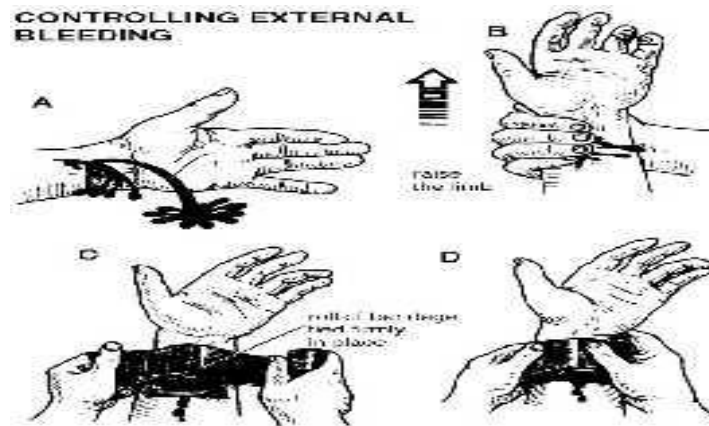


Gambar 4. Penutupan luka bakar menggunakan kasa
(Sumber : <https://klinikcedera.wordpress.com>)

4) Perdarahan Pada Kulit

Pada cedera perdarahan, Kartono Mohamad (2005: 88-91) menjelaskan pertolongan pertama yang dapat dilakukan dengan :

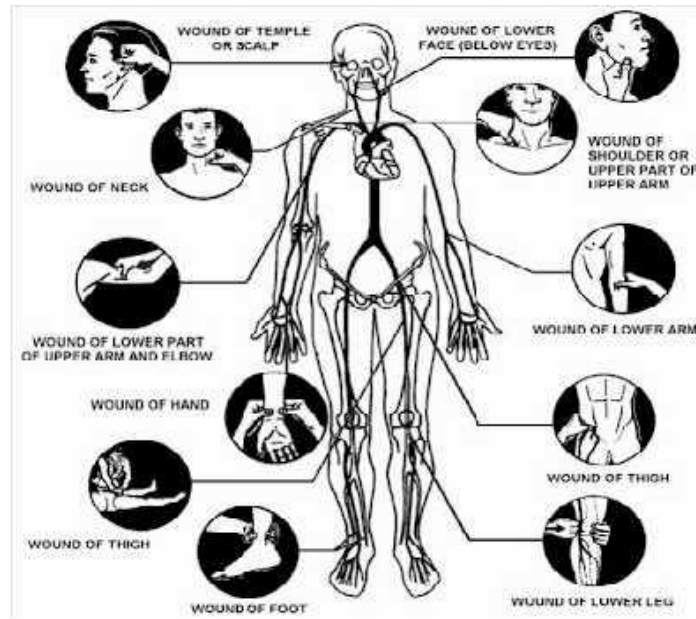
- a) Penekanan langsung pada daerah yang mengalami luka.
 1. Cara ini adalah yang terbaik untuk perdarahan pada umumnya. Caranya adalah dengan mempergunakan setumpuk kasa steril (atau kain bersih biasa), tempat perdarahan itu ditekan. Tekanan harus dipertahankan terus sampai perdarahan berhenti atau sampai pertolongan yang lebih baik dapat diberikan.
 2. Kasa boleh dilepas apabila sudah terlalu basah oleh darah dan perlu diganti dengan yang baru.
 3. Selanjutnya tutup kasa dengan balutan yang menekan dan bawa penderita ke rumah sakit. Selama dalam perjalanan, bagian yang mengalami perdarahan diangkat lebih tinggi dari letak jantung.
 4. Sementara itu perlu diperhatikan juga adanya tanda-tanda terjadi *shock*, dan juga apakah perdarahan masih berlangsung dengan deras. Apabila demikian balutan harus segera diperbaikia. Usahakan penderita tetap dalam keadaan tenang, karena kegelisahan dapat menyebabkan perdarahan berulang kembali.



Gambar 5. Penekanan Langsung pada Luka
(Sumber : <https://cederaolahraga.blogspot.com>)

b) Penekanan pada titik pembuluh arteri

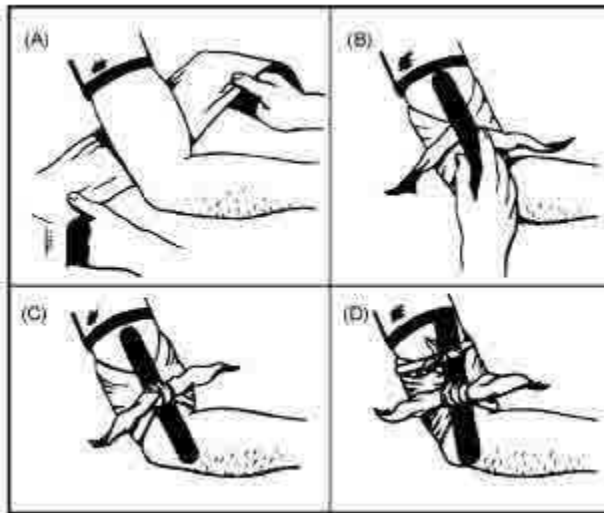
Cara ini dilakukan sebelum cara penekanan pada tempat perdarahan dan *toruniquet* dilakukan. Atau sebagai tindakan tambahan apabila cara penekanan pada tempat perdarahan tidak segera berhasil menghentikan perdarahan. Tempat yang ditekan adalah hulu (pangkal) pembuluh nadi yang terluka. Tujuannya adalah untuk menghentikan aliran darah yang menuju ke pembuluh nadi yang cedera.



Gambar 6. Titik Arteri
(Sumber : <https://cederaolahraga.blogspot.com>)

c) Tekanan dengan *tourniquet*

Kartono Mohamad (2005: 91) menjelaskan bahwa *tourniquet* adalah balutan yang menjepit sehingga aliran darah di bawahnya terhenti sama sekali. Sehelai pita kain yang lebar, pembalut segitiga yang dilipat-lipat, atau sepotong karet ban sepeda dapat dipergunakan untuk keperluan ini. Tempat yang terbaik untuk memasang torniquet adalah lima jari dibawah ketiak (untuk perdarahan di lengan) dan lima jari di bawah lipat paha (untuk perdarahan di kaki).



Gambar 7. Cara Memasang *Torniquet*
(Sumber : <https://cederaolahraga.blogspot.com>)

- A : Buat ikatan di anggota badan yang cedera.
- B : Selipkan sebatang kayu dibawah ikatan itu.
- C : Kencangkan kedudukan kayu itu dengan memutarnya.
- D : Agar kayu tetap erat kedudukannya, ikat ujung satunya.

5) Dislokasi

Kartono Mohamad (2005: 31) menjelaskan bahwa cedera dislokasi sering terjadi pada daerah bahu, sendi pinggul (paha), karena bergeser dari tempatnya maka sendi itupun menjadi macet dan juga terasa nyeri. Pertolongan dislokasi sebaiknya dilakukan oleh medis, namun apabila keterbatasan akses maka pertolongan pertama harus diberikan. Penanganan untuk cedera ini bisa dilakukan dengan pembalutan dengan kain atau perban.

Menurut Kartono Mohamad (2005: 33-34) pertolongan untuk cedera dislokasi pada bahu harus dilakukan secepat mungkin, tetapi harus dengan tenang dan hati-hati. Pertama perhatikan apakah ada patah tulang atau tidak. Apabila ada tanda-tanda patah tulang, tindakan pertolongannya harus diserahkan

kepada dokter dirumah sakit. Apabila tidak ada patah tulang, dislokasi sendi bahu dapat diperbaiki dengan cara sebagai berikut: Ketika yang cedera ditekan dengan telapak kaki (tanpa sepatu). Sementara itu lengan penderita ditarik sesuai dengan arah kedudukannya ketika itu. Tarikan dilakukan secara pelan dan semakin lama semakin kuat. Hal ini untuk menghindarkan rasa nyeri yang hebat yang dapat mengakibatkan terjadi *shock*. Selain itu, tarikan yang mendadak dapat merusak jaringan-jaringan yang ada di sekitar sendi. Setelah ditarik dengan kekuatan yang tetap selama beberapa menit, dengan hati-hati lengan atas diputar ke luar (arah menjauhi tubuh). Hal ini sebaiknya dilakukan dengan siku terlipat. Dengan cara ini diharapkan ujung tulang lengan atas akan menggeser kembali ketempat semula.

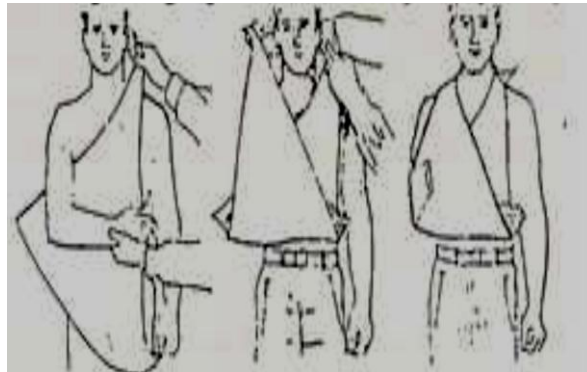
Menurut Hardianto Wibowo (1995: 52) cara melakukan reposisi sendi bahu yang mengalami dislokasi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu:

a) Metode Simson

Metode ini sangat baik. Caranya penderita dibaringkan telungkup sambil bagian lengannya yang mengalami luksasia, keluar dari tepi tempat tidur, menggantung ke bawah. Kemudian diberikan beban yang diikatkan pada lengan bawah dan pergelangan tangan, biasanya dengan *dumbell* dengan berat tergantung dari kekuatan otot penderita. Penderita harus rileks untuk beberapa jam, kemudian bonggol sendi akan masuk dengan sendirinya.

b) Metode menggunakan tarikan

Penderita dibaringkan terlentang dilantai kemudian penolong duduk pada sisi sendi yang lepas. Kaki penolong menjulur lurus ke dada penderita. Lengan yang mengalami dislokasi bahu ditarik dengan kedua tangan sekuat mungkin hingga berbunyi “klik” yang menandakan bahwa sendi sudah masuk kembali.



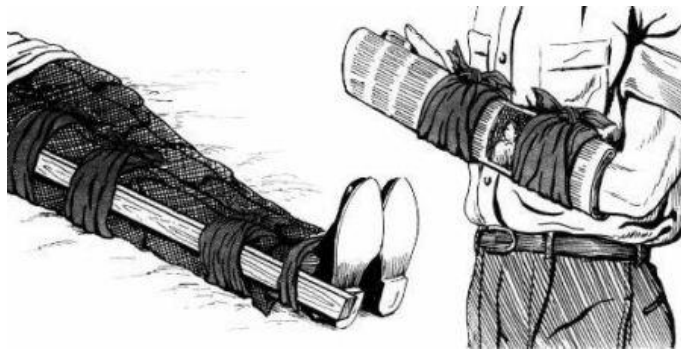
Gambar 8. Cara Membalut Dislokasi Bahu
(Sumber : <https://cederaolahraga.blogspot.com>)

6) Patah tulang (*fracture*)

Patah tulang merupakan cedera kategori berat karena termasuk cedera yang terjadi pada alat gerak aktif yaitu tulang. Menurut Ronald P. Pfeiffer (2009: 39) untuk merawat fraktur adalah sebagai berikut:

- a) Kecuali jika cedera lokalisata, lengkapi penilaian fisik sebelum merawat fraktur yang tampak.
- b) Jika korban tidak memberikan respon atau dicurigai terjadi fraktur tulang belakang atau tulang tengkorak, segera cari pertolongan medis. Tangani masalah lain sambil meminimalkan gerakan pada korban.
- c) Pada korban yang sadar, imobilisasi area yang cedera dengan bidai (*splint*).
 1. Bidai pada posisi yang paling nyaman jika cedera lokalisata dan korban sadar dan terbangun. Korban kemungkinan akan ditemukan pada posisi yang dirasakannya nyaman (sedikit nyeri).

2. Bidai area yang cedera tersebut pada posisi seperti saat ditemukan jika cedera mengenai suatu sendi, korban tidak dapat menggerakkannya, atau jika tidak yakin mana posisi yang terbaik.
- d) Kompres es di tempat yang cedera.
- e) Tutup setiap luka terbuka dan hentikan perdarahan. Jika ujung-ujung tulang keluar akibat fraktur terbuka, jangan didorong kembali. Sebanyak mungkin, bidai bagian tersebut dengan posisi seperti saat ditemukan dan cari pertolongan medis.



Gambar 9 : Pemasangan Bidai
(Sumber : <http://www.medkes.com/>)

7) Pingsan

Kartono Mohamad (2005: 96-97) menjelaskan tentang penanganan pingsan menurut jenisnya, yaitu:

a) Pingsan biasa (*simple fainting*)

Pertolongan pada pingsan jenis ini dapat dilakukan dengan:

1. Baringkan penderita di tempat yang teduh dan datar, kalau mungkin dengan kepala diletakkan agak lebih rendah.
2. Buka baju bagian atas, serta pakaian lain yang menekan leher.
3. Bila penderita muntah letakkan kepalanya dalam kedudukan miring untuk mencegah muntahan tersedak masuk ke paru-paru.
4. Kompres kepalanya dengan air dingin (jangan disiramkan).
5. Kalau ada, hembuskan uap amoniak di depan lubang hidungnya.

b) Pingsan karena panas (*heat exhaustion*)

Pertolongan pada pingsan karena panas (*heat exhaustion*) dapat dilakukan dengan:

1. Baringkan penderita di tempat yang teduh, dan perlakukan seperti hal-hal pada pingsan biasa.
2. Beri penderita minum air garam (0,1 persen : 1 gram untuk satu liter air). Air garam diminumkan dalam keadaan dingin setelah penderita sadar kembali.

c) Pingsan karena sengatan terik (*heat stroke*)

Pertolongan pada penderita heat stroke dapat dilakukan dengan cara mendinginkan tubuh penderita dengan membawanya ketempat yang teduh dan banyak angin (kalau perlu menggunakan kipas angin). Kompres badan korban menggunakan air es, usahakan penderita jangan sampai mengigil dengan cara memijit kaki dan tangannya. Setelah suhu tubuh menurun hentikan pengompresan dan kirim penderita ke rumah sakit.



Gambar 10. Pertolongan pada *Heat Stroke* dan *Heat Exhaustion*
(Sumber : <https://cederaolahraga.blogspot.com>)

8) Henti Nafas

Selain pingsan karena sengatan panas, terdapat juga keadaan kehilangan kesadaran karena nafas terhenti akibat

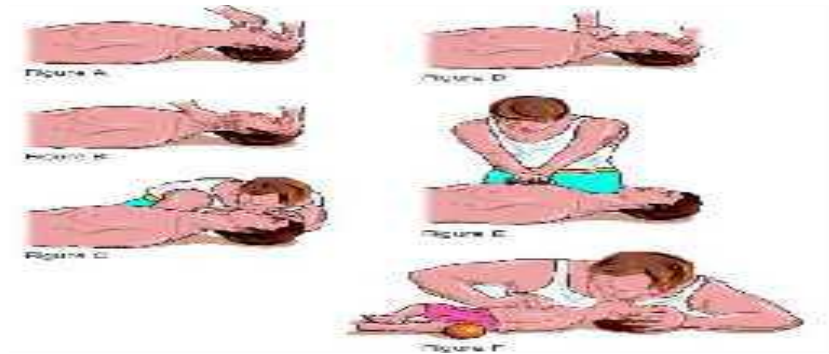
bertabrakan atau terjatuh maupun tenggelam saat berenang. Menurut Kartono Mohamad (2003: 122-125) untuk pertolongannya bisa dilakukan dengan cara berikut:

a) Mulut ke mulut (*mouth to mouth expired air resuscitation*)

Cara ini pada mulanya dipergunakan untuk menolong bayi dan anak-anak kecil. Tetapi karena ternyata efektif, kini merupakan cara yang paling dianjurkan untuk setiap korban yang memerlukan.

Caranya adalah sebagai berikut : (Kartono Mohamad, 2005: 122)

1. Telentangkan korban dan kemudian dorong kepalanya ke belakang hingga dagunya tegak ke atas. Pada penderita patah tulang leher, kepala tidak boleh didorong menengadah. Cukup diberi bantal dibawah lehernya.
2. Dorong dagunya sehingga mulut korban terbuka sedikit. Bersihkan mulut tersebut dari kotoran yang menghalangi.
3. Mulut penolong dibuka lebar dan diletakkan ke mulut korban dan bersamaan dengan itu hidung korban dipencet rapat-rapat.
4. Bila mulut korban cedera terkunci, penolong meletakkan mulutnya dihidung korban. Dalam hal itu, harus dijaga agar mulut korban tetap tertutup rapat. Kemudian hembuskan (baik melalui mulut maupun hidung korban) kuat-kuat ke dalam saluran nafas korban. Selanjutnya angkat mulut penolong untuk memberi jalan bagi arus hawa yang keluar dari mulut korban. Keemudian ulangi lagi usaha tadi. Untuk dewasa, hembusan dilakukan dengan kecepatan 12 kali dalam semenit dan kuat. Untuk anak, berikan hembusan pendek dengan kecepatan 20 kali/menit.



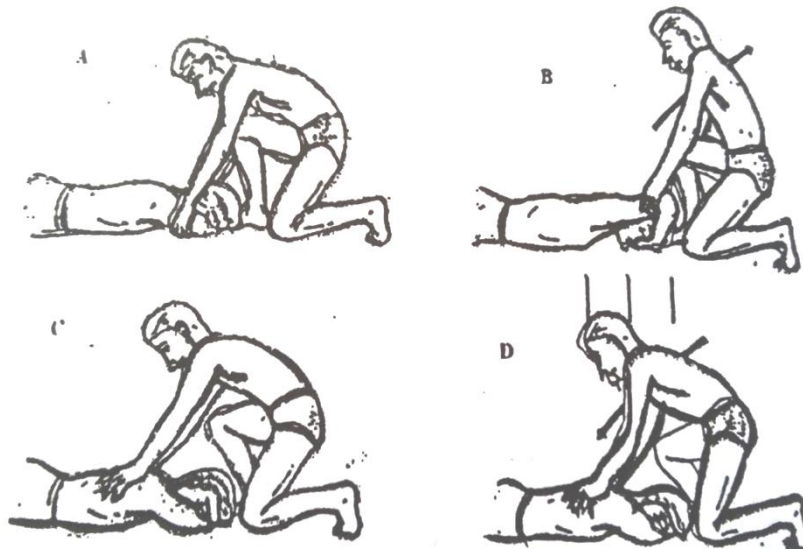
Gambar 11. Cara Memberikan Pernafasan Buatan *Mouth to Mouth*
(Sumber : <https://cedera.olahraga.blogspot.com>)

b) Metode *Holger Nielsen* (Kartono Mohamad, 2005 : 124)

Cara ini dapat mengalirkan udara ke paru-paru lebih banyak daripada cara mulut ke mulut. Tetapi kelemahannya ialah bahwa penolong tidak menguasai saluran pernafasan korban secara terus-menerus. Apabila terjadi penyumbatan (misal oleh lendir) usaha ini tidak banyak memberikan hasil.

Caranya adalah sebagai berikut :

1. Penolong berlutut di dekat kepala korban. Pegang kedua lengan atas korban untuk diangkat ke atas. Korban dalam keadaan tengkurap.
2. Angkat siku korban ke atas dan ke depan untuk mengembangkan paru-parunya. Dengan demikian udara akan terhisap ke dalam. Kemudian kembalikan lagi ke sikap semula.
3. Bentangkan kedua telapak tangan penolong di punggung korban sedemikian rupa sehingga ibu jari tangan kiri bertemu dengan ibu jari tangan kanan.
4. Kemudian tekan punggung korban ke bawah untuk mengempiskan paru-parunya. Dan ulangi lagi langkah dari awal.



Gambar 12: Pernafasan cara Nielsen
 (Sumber : Kartono Mohamad, 2005:124)

c) Metode *Silvester*.(KartonoMohamad, 2005 :125)

Cara melakukan pernafasan buatan metode *Silvester* adalah : Baringkan korban secara telentang. Kemudian kedua tangannya direntangkan dan dilipat ke dada secara berganti-ganti. Penolong berlutut di depan kepala korban.



Gambar 13: Pernafasan buatan cara Silvester
 (Sumber : Kartono Mohamad, 2005:125)

9) Luka

Ada beberapa jenis luka yang terjadi pada jaringan kulit yaitu : luka lecet, luka iris, luka robek, dan luka tusuk. (Kartono Mohamad, 2005:62).

a) Luka lecet

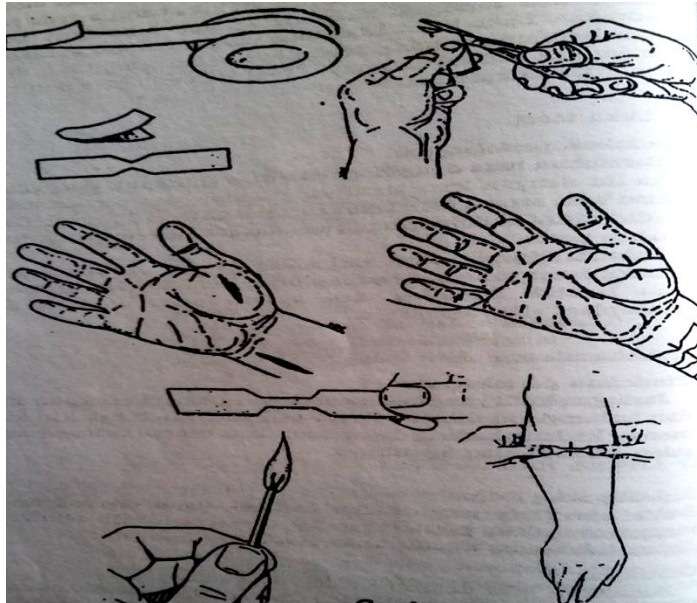
Ialah apabila permukaan kulit terkelupas akibat pergeseran dengan benda yang keras dan kasar.

Cara penanganannya adalah bersihkan luka dengan air dan obat anti septic yang ada. Tutup luka itu dengan kasa steril yang kering, plester atau balut. Luka lecet kecil cukup dengan cara dicuci kemudian diolesi betadine, dan apabila perlu diplester dengan tencoplast atau sejenisnya.

b) Luka iris

Ialah luka yang ditimbulkan oleh irisan benda tajam. Luka iris ditandai dengan bentuk luka yang memanjang dengan tepi luka berupa garis lurus.

Cara penanganannya adalah bersihkan luka dengan air dan obat antiseptic. Potonglah plester dengan cara membakarnya dengan api lilin atau korek api. Lekatkan plester pada luka sehingga tepi luka saling merapat kembali. Jika luka iris itu dalam maka perlu dilakukan penjahitan pada jaringan kulit.

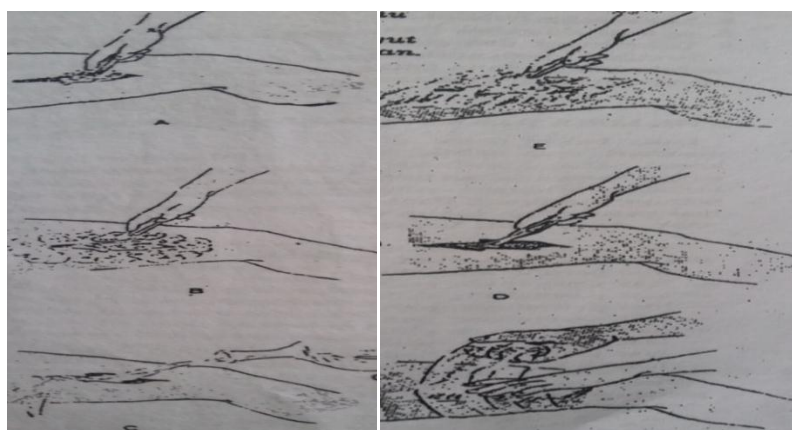


Gambar 14 . Penanganan luka iris
(Sumber : Kartono Mohamad, 2005:64)

c) Luka robek

Ialah luka terbuka yang ditimbulkan oleh goresan benda yang tidak terlalu tajam. Tepi luka berupa garis tidak teratur.

Cara penanganannya adalah melakukan desinfeksi kemudian menutupnya dengan *sofratulle* atau kasa steril dan dibawa kerumah sakit untuk kemudian dilakukan penjahitan.



Gambar 15. Penanganan luka robek
(Sumber : Kartono Mohamad, 2005:68-69)

d) Luka tusuk

Ialah luka yang ditimbulkan oleh tusukan benda runcing. Mulut luka lebih sempit dibanding dengan ukuran di dalamnya. Tepi luka mungkin ikut terdorong masuk ke dalam luka.

Cara penanganannya adalah jika luka itu mengeluarkan banyak darah maka dilakukan tindakan penghentian darah itu, apabila hanya tusuk ringan lakukan pembersihan dan pemberian antiseptic supaya benda yang menusuk itu tidak mengakibatkan infeksi.

10) Cedera Otot dan Ligamen

Strain adalah cedera yang menyangkut cedera otot dan tendon.

Strain dapat dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu:

a) Tingkat I

Strain tingkat ini tidak ada robekan, hanya terdapat kondisi inflamasi ringan. Meskipun pada tingkat ini tidak ada penurunan kekuatan otot, tetapi pada kondisi tertentu cukup mengganggu atlet.

b) Tingkat II

Strain pada tingkat ini sudah terdapat kerusakan pada otot atau tendon sehingga dapat mengurangi kekuatan otot

c) Tingkat III

Strain pada tingkat ini sudah terjadi kerobekan yang parah atau bahkan sampai putus sehingga diperlukan tindakan operasi atau bedah dan dilanjutkan dengan fisioterapi dan rehabilitasi.



Gambar 16. Strain

(Sumber : <http://cederaolahragasertapencegahandanperawatan.blogspot.com>)

Sprain merupakan cedera yang menyangkut ligamen. Cedera *sprain* dapat dibedakan menjadi beberapa tingkatan yaitu:

a) Tingkat I

Pada cedera ini terdapat sedikit hematoma dalam ligamentum dan hanya beberapa serabut yang putus. Cedera menimbulkan rasa nyeri tekan, pembengkakan dan rasa sakit pada daerah tersebut. Pada cedera ini tidak perlu pertolongan/ pengobatan, cedera pada tingkat ini cukup diberikan istirahat saja karena akan sembuh dengan sendirinya.

b) Tingkat II

Pada cedera ini lebih banyak serabut dari ligamentum yang putus, tetapi lebih separuh serabut ligamentum yang utuh. Cedera menimbulkan rasa sakit, nyeri tekan, pembengkakan, efusi, (cairan yang keluar) dan biasanya tidak dapat

menggerakkan persendian tersebut. Kita harus memberikan tindakan imobilisasi (suatu tindakan yang diberikan agar bagian yang cedera tidak dapat digerakan) dengan cara balut tekan, spalk maupun gips. Biasanya istirahat selama 3-6 minggu.

c) **Tingkat III**

Pada cedera ini seluruh ligamentum putus, sehingga kedua ujungnya terpisah. Persendian yang bersangkutan merasa sangat sakit, terdapat darah dalam persendian, pembekakan, tidak dapat bergerak seperti biasa, dan terdapat gerakan-gerakan yang abnormal. Cedera tingkat ini harus dibawa ke rumah sakit untuk dioperasi namun harus diberi pertolongan pertama terlebih dahulu.



Gambar 17. Sprain

(Sumber : <http://cederaolahragasertapencegahandanperawatan.blogspot.com>)

4. Hakikat Pendidikan Jasmani

Menurut Nurhadi Santoso (2009 : 2-8) pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan melalui jasmani yang dikelola secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan secara

menyeluruh. Mengingat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan lebih banyak dilakukan diluar kelas daripada didalam kelas. Sehingga diperlukan tindakan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, serta evaluasi yang baik dari guru pendidikan jasmani dengan tujuan agar proses pembelajaran dapat berjalan sesuai dengan tujuan. Apalagi dalam proses pembelajaran banyak menggunakan alat-alat olahraga dan juga luasnya tempat untuk pembelajaran diperlukan pengelolaan yang baik agar bisa lancar proses pembelajarannya. Arma Abdoelah dalam Guntur (2009 : 12) menyatakan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, *neuro muskuler*, intelektual dan emosional. Sedangkan Engkos Kosasih dalam Nurhadi Santoso (2009 :2) menyatakan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak.

Guru PJOK merupakan salah satu profesi dalam dunia kerja. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002: 377) guru adalah orang yang pekerjaannya atau mata pencahariannya mengajar. Guru PJOK sebagai figur di sekolah harus memiliki kemampuan atau kompetensi

mengajar sesuai dengan mata pelajaran yang diajarkan yaitu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dikelola secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh dan yang menjadi sosok figurnya adalah guru PJOK di masing-masing tingkatan satuan pendidikan.

5. Tujuan PJOK

Peraturan menteri pendidikan nasional (Permendiknas) No. 22 Tahun 2006 bagian latar belakang SK-KD, secara khusus dinyatakan bahwa PJOK bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

- a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan

- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna pola hidup sehat dan kebugaran serta memiliki sikap positif.

Dasar pemilihan cedera sebagai variable penelitian ini adalah menggunakan tujuan penjasorkes poin f, yaitu mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri, orang lain dan lingkungan. Pendidikan keselamatan merupakan salah satu upaya dalam pencegahan dan perawatan cedera. Dalam pendidikan keselamatan diajarkan berbagai pengetahuan dan keterampilan tentang pencegahan dan perawatan cedera.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung teori dan kerangka berpikir yang ada, adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah :

1. Armin Suhaidin (2009) dengan judul identifikasi cedera pada permainan futsal, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) bagian tubuh yang sering cedera yaitu pada bagian tangan dengan presentase 20,80% kemudian kaki sebesar 19,23%, badan sebesar 17,00%, tungkai sebesar 15,01% lengan sebesar 14,77%, dan kepala sebesar 13,18%, (2) jenis cedera yang paling sering terjadi pada permainan Futsal adalah lecet

dengan presentase 24,87%, sprain sebesar 12,84%, strain sebesar 12,73%, pendarahan sebesar 12,07%, memar sebesar 11,37%, kram 9,66%, diskolasi 6,60%, fraktur 5,27%, dan pingsan 4,54%, (3) faktor cedera yang paling sering terjadi pada permainan futsal adalah dicerai oleh lawan sebesar 20, 25%, cedera dari diri sendiri sebesar 11,62%, faktor fasilitas sebesar 4,52%.

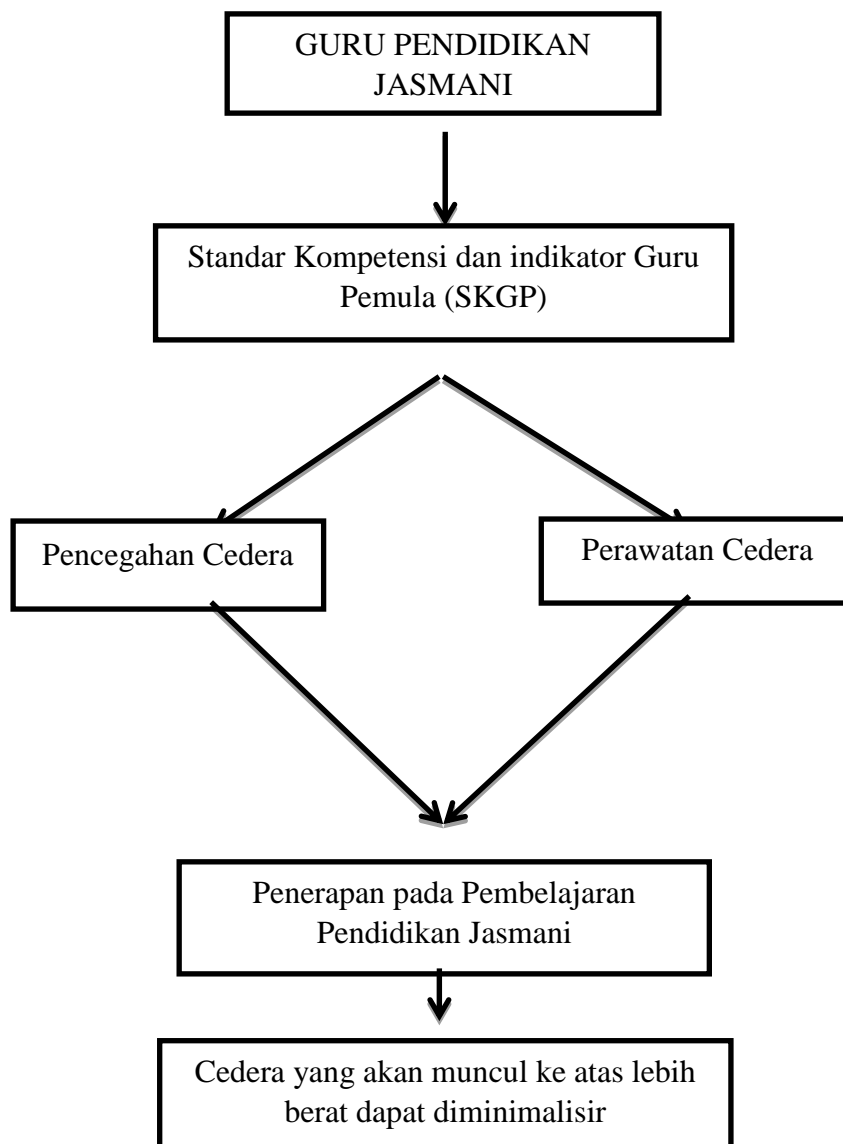
2. Purna Widarti Rahayu (2012) dengan judul identifikasi kecelakaan dan faktor penyebab cedera pada saat pembelajaran penjas di Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru PJOK Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo. Peneliti menggunakan 30 orang guru PJOK sebagai sampel yang diambil secara *random*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan satu variabel, yaitu kecelakaan. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket. Untuk menganalisis data yang telah terkumpul, peneliti menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa cedera yang banyak dialami oleh siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo pada waktu mengikuti proses pembelajaran penjas adalah cedera ringan berupa: cedera lecet pada bagian tungkai dan pendarahan pada kaki. Adapun faktor yang menjadi penyebab cedera tersebut adalah faktor manusia yang berkaitan dengan unsur sosial yaitu: anak tidak memperhatikan guru pada waktu menerima penjelasan dan faktor

lingkungan , yang berkaitan dengan unsur alat dan fasilitas, yaitu: lapangan yang kondisinya rusak.

3. Lukas Ani Murtopo (2013) dengan judul Identifikasi Cedera dalam Proses Pembelajaran PJOK di Kecamatan Grabag Kabupaten Purworejo. Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru penjasorkes Sekolah Dasar Negeri se- Kecamatan Grabag, Kabupaten Purworejo yang berjumlah 25 orang. Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket. Metode dalam penelitian adalah survei. Teknik untuk menganalisis data penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa cedera yang banyak dialami oleh para siswa Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Grabag Kabupaten Purworejo pada waktu mengikuti pembelajaran penjasorkes adalah cedera ringan (45%), cedera sedang (40,2%), dan cedera berat (14,8%).

C. Kerangka Berpikir

Dari kajian teori yang ada, peneliti mengidentifikasi masalah yang terjadi dilapangan yakni tentang pencegahan dan perawatan cedera oleh guru PJOK SD se-Kecamatan Bagelen. karena seorang guru PJOK harus benar-benar mengetahui cara penanganan cedera yang benar. Pembelajaran penjas sangat pontensial mengakibatkan cedera karena karakteristiknya yang berbeda dengan mata pelajaran yang lain, penanganan nya pun harus baik dan benar kalau salah bisa menjadi kerusakan yang semakin parah.



Gambar 18. Kerangka Konsep

Dalam penelitian ini mencoba mengungkapkan seberapa baik pengetahuan pencegahan dan perawatan cedera guru penjas Sekolah Dasar se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk angka (Sugiyono, 2006: 21). Metode yang digunakan adalah metode survei, Survei adalah suatu aktivitas memperhatikan suatu objek menggunakan mata (Suharsimi Arikunto, 2006: 156). Penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan Guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera di Sekolah Dasar se- Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Pengetahuan Guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera adalah segala sesuatu yang diketahui karena mempelajari ilmu pencegahan dan perawatan cedera pada saat kegiatan belajar mengajar kepada siswa yang ditanyakan kepada guru Sekolah Dasar Se- kecamatan Bagelen melalui bentuk angket yang terdiri dari 3 faktor yaitu pengetahuan, pengalaman, serta motivasi dan sarana prasarana yang dituangkan dalam bentuk angket yang hasilnya berupa skor dengan kriteria “Ya” dan “Tidak”

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Suharsimi Arikunto (2006: 130) adalah keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2007: 61) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang

mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh guru pendidikan jasmani sekolah dasar di UPT Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo yang berjumlah 22 guru.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi, 2002: 109). Menurut Sugiyono (2007: 56) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pada penelitian ini tidak menggunakan sampel karena responden yang digunakan adalah keseluruhan dari populasi yang sesungguhnya yaitu yang berjumlah 22 Guru PJOK.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 160), instrumen penelitian adalah alat yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cepat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen yang baik harus valid dan reliabel. Instrumen dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang hendak diukur dengan tepat. Instrumen dikatakan reliabel jika mampu mengukur obyek yang sama secara konsisiten. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa tes pemahaman dengan soal objektif untuk mengukur pemahaman.

Menurut Sutrisno Hadi (1991: 7), ada tiga langkah pokok yang harus diperhatikan dalam penyusunan angket yaitu: a) mendefinisikan konstruk, b) menyidik faktor dan c) menyusun butir – butir pertanyaan atau pernyataan.

a. Mendefinisikan Konstruk

Konstruk dalam penelitian ini adalah pengetahuan Guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera di Sekolah Dasar se- Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo

b. Menyidik Faktor

Faktor-faktor yang diukur dalam pencegahan dan perawatan cedera Guru PJOK di Sekolah Dasar se- Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo yaitu faktor pengetahuan, pengalaman, serta motivasi sarana dan prasarana.

c. Menyusun Butir – butir Pertanyaan

Menyusun butir-butir pertanyaan berdasarkan faktor-faktor yang berpengaruh dalam penelitian ini. Untuk memberikan gambaran secara menyeluruh mengenai tes yang digunakan, berikut disajikan kisi-kisi angket tersebut.

Tabel 2. Kisi-kisi Uji Coba Angket Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir	Jumlah Butir
Pengetahuan guru PJOK dalam Pencegahan dan perawatan cedera pada proses pembelajaran di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo	Pengetahuan	a. Pengertian cedera	1,2*	2
		b. Macam cedera	3,4,5,6,7,8,9,10	8
		c. Pencegahan cedera	11,12,13,14	4
	Pengalaman	a. Latar belakang pendidikan	15,16*	2
		b. Lama menjadi guru	17,18,19	3
		c. Intensitas menangani cedera	20,21	2
		d. Memar	22,23	2
		e. Kram otot	24,25	2
		f. Lepuh	26,27	2
		g. Perdarahan	28,29	2
		h. Dislokasi	30,31	2
		i. Patah tulang	32,33	2
		j. Pingsan	34,35	2
		k. Strain	36,37	2
		l. Sprain	38,39*	2
		m. Luka	40,41	2
	Motivasi serta Sarana dan prasarana	a. Melaksanakan pembelajaran yang aman dan menyenangkan	42,43	2
		b. Mengatasi kemungkinan terjadinya cedera	44,45,46	3
		c. Kelengkapan sarana dan prasarana	47*,48	2

Ket : *butir negatif

Agar data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa data kuantitatif, maka setiap butir jawaban dari pernyataan diberi skor. Pembobotan skor dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3. Pembobotan skor opsi/jawaban

Alternatif Jawaban	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

a. Konsultasi (Kalibrasi Ahli/Expert Judgement)

Setelah butir-butir pernyataan selesai disusun, langkah selanjutnya adalah mengkonsultasikan kepada ahli (*Expert Judgement*) atau kalibrasi ahli yang kompeten khususnya dalam bidang kompetensi guru. Sesudah melakukan serangkaian konsultasi dan diskusi mengenai instrumen penelitian yang digunakan (angket penelitian), maka instrumen tersebut dinyatakan layak dan siap untuk digunakan dalam mengambil data-data penelitian. Untuk *expert judgement* atau ahli tentang cedera instrument ini di konsultasikan kepada Ibu Cerika Rismayanti, M. Or. Dan dinyatakan valid oleh beliau dan untuk selanjutnya dilakukan uji coba instrument.

b. Uji Coba Instrumen

Sebelum instrumen digunakan sebagai alat ukur pengumpulan data, maka diperlukan uji instrumen untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan. Uji validitas dan reliabilitas hasil ujicoba data diolah menggunakan bantuan komputer yaitu SPSS16 *for windows*. Uji coba dilakukan pada responden lain tetapi tingkatnya masih sama yaitu guru penjas sekolah dasar. Uji coba dilakukan di SD Kecamatan Kokap

yang berjumlah 10 guru. Dengan alasan bahwa SD tersebut dekat dengan tempat tinggal kuliah saya. Jumlah 10 guru tersebut sudah dapat mewakili dari keseluruhan guru di SD Kecamatan Kokap.

1) Uji Validitas

Menurut Suharsimi Arikunto (2009: 170) menyatakan bahwa validitas tes adalah tingkat sesuatu tes mampu mengukur apa yang hendak diukur. Uji validitas ini bertujuan untuk mengetahui kesahihan atau ketepatan instrumen masing-masing variabel. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS. 16 dengan rumus korelasi *product moment* dari Pearson (Suharsimi Arikunto. 2009: 171) yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2)(N \cdot \sum y^2 - (\sum y)^2)]}}$$

Keterangan:

r_{xy}	= korelasi momen tangkar
N	= cacah subjek uji coba
$\sum x$	= sigma atau jumlah skor butir
$\sum x^2$	= sigma x kuadrat
$\sum y$	= sigma y atau skor factor
$\sum y^2$	= sigma y kuadrat
$\sum xy$	= sigma tangkar (perkalian) x dan y.

Untuk mengukur validitas alat atau instrumen, digunakan teknik korelasi produk moment dari Karl Pearson dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Kemudian setelah data uji coba terkumpul kemudian dianalisis dengan bantuan Komputer SPSS 16. Butir dikatakan valid apabila $r_{hitung} \geq r_{tabel}$.

Setelah dilakukan uji coba instrument penelitian serta perhitungan dapat diketahui hasil validitas atau kesahihan angket tersebut untuk penelitian yang sesungguhnya. Nilai r tabel untuk responden 22 adalah 0,632. Jika hasil r hitung lebih besar dari 0,632 maka butir tersebut dinyatakan valid. Dari 48 butir pernyataan terdapat 3 butir yang nilai r hitungnya kurang dari 0,632 yaitu butir pernyataan nomer 33, 36, dan 41. Hasil r hitung butir 33 adalah 0,613, r hitung butir 36 adalah 0,330, sedangkan butir 41 r hitung 0,541. Ketiga butir pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid. Jadi untuk penelitian yang sesungguhnya 3 butir yang dinyatakan tidak valid tidak diikutsertakan sehingga butir soal yang digunakan penelitian sesungguhnya menjadi 45 pernyataan. Hasil lengkap perhitungan validitas terlampir.

2) Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterhandalan sesuatu. (Suharsimi Arikunto, 2010: 221). Uji reliabilitas tersebut menggunakan program SPSS.16 dengan rumus *Alpha Cronbach* (Sugiyono, 2007: 365), yaitu

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_1^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan:

K = mean kuadrat antara subjek

$\sum s_1^2$ = mean kuadrat kesalahan

s_t^2 = varians total

Menurut Arikunto (1998), penggunaan teknik *Alpha-Cronbach* akan menunjukkan bahwa suatu instrumen dapat dikatakan handal (reliabel) bila memiliki koefisien reliabilitas atau *alpha* sebesar 0,6 atau lebih.

Berdasarkan hasil perhitungan, ketiga faktor yaitu pengetahuan, pengalaman serta motivasi dan sarpras dinyatakan reliabel, karena nilai koefisien alpha chronbach lebih besar dari 0,6. Nilai koefisien alpha chronbach faktor pengetahuan sebesar 0,765, faktor pengalaman sebesar 0,845, sedangkan faktor motivasi dan sarpras sebesar 0,637. Jadi dapat disimpulkan bahwa instrument penelitian itu reliabel atau handal karena nilai *alpha chronbach* lebih besar dari 0,6.

Tabel 4. Kisi- kisi Angket Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir	Jumlah Butir
Pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera pada proses pembelajaran di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo	Pengetahuan	d. Pengertian cedera	1,2*	2
		e. Macam cedera	3,4,5,6,7, 8,9,10	8
		f. Pencegahan cedera	11,12,13, 14	4
	Pengalaman	a. Latar belakang pendidikan	15,16*	2
		b. Lama menjadi guru	17,18,19	3
		c. Intensitas menangani cedera	20,21	2
		d. Memar	22,23	2
		e. Kram otot	24,25	2
		f. Lepuh	26,27	2
		g. Perdarahan	28,29	2
		h. Dislokasi	30,31	2
		i. Patah tulang	32,33	2

		j. Pingsan	33,34	2
		k. Strain	35	2
		l. Sprain	36,37*	2
		m.Luka	38	2
	Motivasi serta Sarana dan prasarana	a. Melaksanakan pembelajaran yang aman dan menyenangkan	30,40	2
		b. Mengatasi kemungkinan terjadinya cedera	41,42,43	3
		c. Kelengkapan sarana dan prasarana	44*,45	2

Ket : *butir negatif

2. Teknik pengumpulan data

Menurut Sutrisno Hadi (1990: 67), metode pengumpulan data adalah pelaksanaan cara mengumpulkan data atau informasi. Penelitian ini menggunakan tes sebagai instrumen untuk mengumpulkan data, karena tes lebih praktis dan efisien untuk mendapatkan data dari responden. Teknik pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Peneliti meminta daftar nama Guru PJOK Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen, Kabupaten Purworejo.
- b. Peneliti memberikan angket pada Guru PJOK Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen, Kabupaten Purworejo secara serentak dalam satu waktu.
- c. Peneliti mengambil angket setelah diisi lengkap.

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk angka (Sugiyono, 2006: 21). Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel yaitu cedera. Langkah-langkah menurut Suharsimi Arikunto (1990: 348), yaitu: 1) menjumlahkan skor jawaban responden, 2) membandingkan skor jawaban responden dengan skor yang diharapkan, 3) membuat presentase.

Teknik penghitungannya untuk setiap butir dalam angket menggunakan persentase, dengan memakai rumus menurut Anas Sudijono yang dikutip oleh Faradika Ratria P. (2010: 30-31) yaitu:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

p = persentase

f = frekuensi yang sedang dicari

n = jumlah total frekuensi

Untuk pengkategorian pada skor yang telah ada, dibuat dengan kategori yang terdiri dari lima kelompok yaitu: sangat baik, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Kriteria Skor yang digunakan untuk pengkategorian menggunakan rumus Saifuddin Azwar (2010: 108) yaitu:

Tabel 5. Kriteria Skor Pengkategorian

Norma	Kategori
$M + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Baik
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	Kurang Sekali

Keterangan:

M = Rata- rata hitung(*Mean*)

SD = Standar Deviasi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian perlu dideskripsikan dari setiap faktor-faktor dan subjek penelitian yang diteliti. Faktor pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan berbagai macam cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di sekolah dasar se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 meliputi faktor pengetahuan, pengalaman, motivasi serta sarana dan prasarana. Di bawah ini akan dideskripsikan secara keseluruhan ataupun berdasarkan setiap faktor-faktor yang mendasarinya.

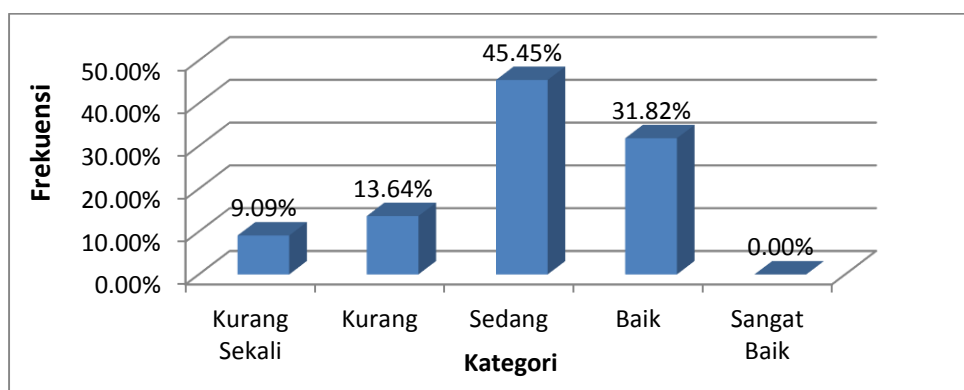
1. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Secara Keseluruhan

Hasil dari penelitian secara keseluruhan diperoleh nilai maksimum sebesar 39 dan nilai minimum 23. Untuk rerata diperoleh nilai sebesar 34,36, sedangkan standar deviasi sebesar 3,93. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategoriannya dibagi menjadi lima yaitu: sangat baik, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Secara Keseluruhan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 40,27$	Sangat Baik	0	0,00%
$36,33 < X \leq 40,27$	Baik	7	31,82%
$32,40 < X \leq 36,33$	Sedang	10	45,45%
$28,46 < X \leq 32,40$	Kurang	3	13,64%
$X \leq 28,46$	Kurang Sekali	2	9,09%
JUMLAH		22	100%

Tabel di atas menunjukkan Kategorisasi Pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 secara Keseluruhan. Perolehan data terbesar pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajarann secara keseluruhan adalah sebanyak 10 responden atau 45,45% termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 7 responden atau 31,82% termasuk dalam kategori baik, sebanyak 3 responden atau 13,64% termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 2 responden atau 9,09% adalah termasuk dalam kategori kurang sekali, dan sebanyak 0 responden atau 0,00% termasuk dalam kategori sangat baik. Nilai rerata secara keseluruhan keterampilan guru adalah sebesar 34,36 yang terletak pada interval $32,40 < X \leq 36,33$, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru PJOK dalam menangani cedera dalam pembelajaran secara keseluruhan termasuk pada kategori sedang. Berikut gambar diagram batangnya:



Gambar 19. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Secara Keseluruhan

2. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengetahuan

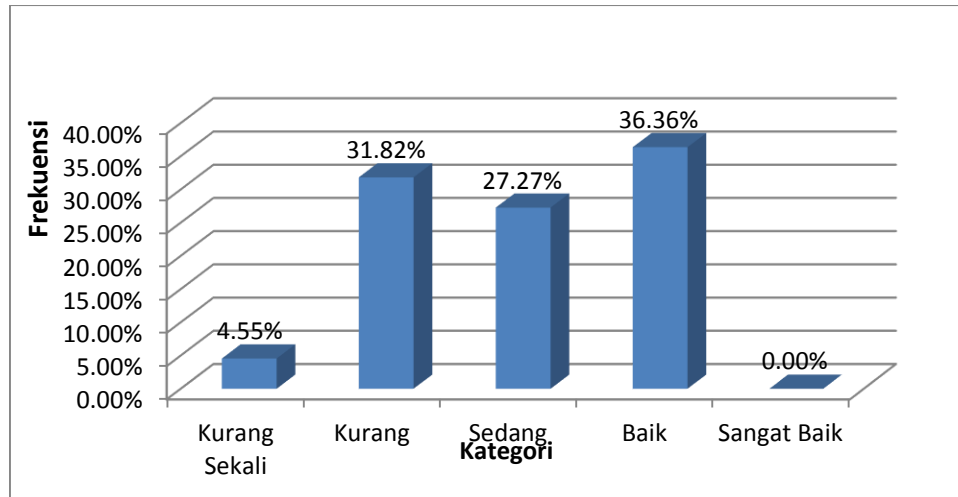
Hasil dari penelitian berdasarkan faktor pengetahuan diperoleh nilai maksimum sebesar 14 dan nilai minimum 8. Untuk rerata diperoleh nilai sebesar 12,00, sedangkan standar deviasi sebesar 1,57. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategorianya di bagi menjadi lima yaitu: sangat baik, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengetahuan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 14,36$	Sangat Baik	0	0,00%
$12,79 < X \leq 14,36$	Baik	8	36,36%
$11,21 < X \leq 12,79$	Sedang	6	27,27%
$9,64 < X \leq 11,21$	Kurang	7	31,82%
$X \leq 9,64$	Kurang Sekali	1	4,55%
JUMLAH		22	100%

Tabel di atas menunjukkan kategorisasi pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 berdasarkan faktor pengetahuan. Perolehan data terbesar pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajarann berdasarkan faktor pengetahuan adalah sebanyak 8 responden atau 36,36% termasuk dalam kategori baik, sebanyak 7 responden atau 31,82% termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 6 responden atau 27,27% termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 1 responden atau 4,55% adalah termasuk dalam kategori kurang sekali, dan sebanyak 0 responden atau 0,00% termasuk dalam kategori sangat baik.

Nilai rerata faktor pengetahuan guru adalah sebesar 12,00 yang terletak pada interval $11,21 < X \leq 12,79$, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan guru PJOK dalam menangani cedera dalam pembelajarannya berdasarkan faktor pengetahuan termasuk dalam kategori sedang. Berikut gambar diagram batangnya:



Gambar 20. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengetahuan

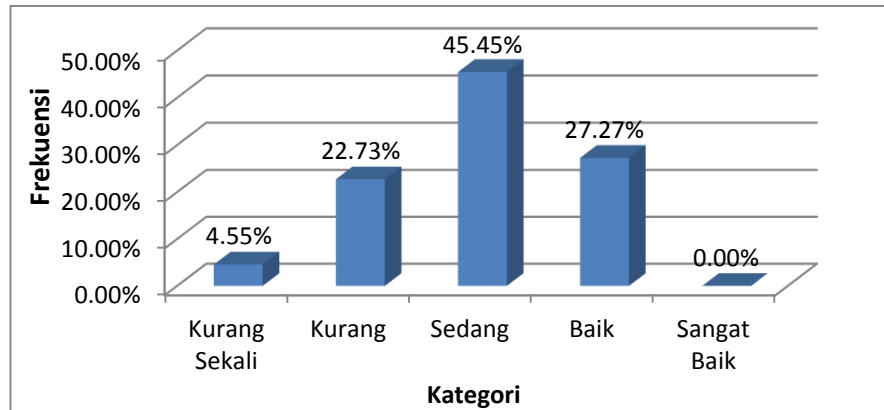
3. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengalaman

Hasil dari penelitian berdasarkan faktor pengalaman guru dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran PJOK diperoleh nilai maksimum sebesar 21 dan nilai minimum 6. Untuk rerata diperoleh nilai sebesar 16,18, sedangkan standar deviasi sebesar 3,66. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategoriannya di bagi menjadi lima yaitu: sangat baik, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengalaman

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 21,67$	Sangat Baik	0	0,00%
$18,01 < X \leq 21,67$	Baik	6	27,27%
$14,35 < X \leq 18,01$	Sedang	10	45,45%
$10,69 < X \leq 14,35$	Kurang	5	22,73%
$X \leq 10,69$	Kurang Sekali	1	4,55%
JUMLAH		22	100%

Tabel di atas menunjukkan kategorisasi pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 berdasarkan faktor pengalaman. Perolehan data terbesar pengetahuan guru PJOK dalam menangani cedera dalam pembelajarann berdasarkan faktor pengalaman adalah sebanyak 10 responden atau 45,45% termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 6 responden atau 27,27% termasuk dalam kategori baik, sebanyak 5 responden atau 22,73% termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 1 responden atau 4,55% adalah termasuk dalam kategori kurang sekali , dan sebanyak 0 responden atau 0,00% termasuk dalam kategori sangat baik. Nilai rerata faktor pengalaman guru adalah sebesar 16,18 yang terletak pada interval $14,35 < X \leq 18,01$, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran berdasarkan faktor pengalaman termasuk dalam kategori sedang. Berikut gambar diagram batangnya:



Gambar 21. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Pengalaman

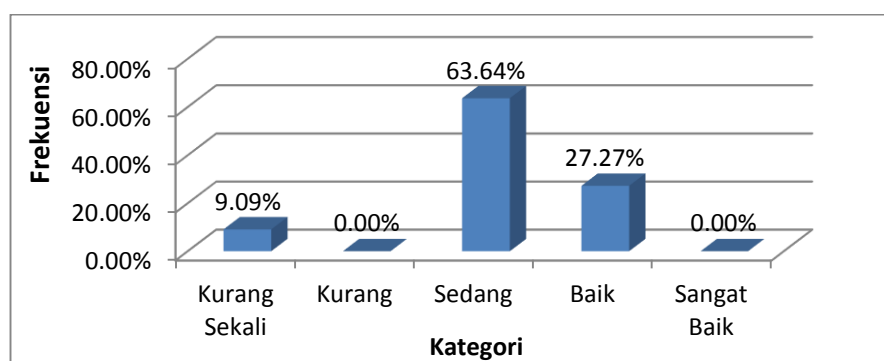
4. Deskripsi Data Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Motivasi dan Sarpras

Hasil dari penelitian berdasarkan faktor motivasi dan sarpras pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran PJOK diperoleh nilai maksimum sebesar 7 dan nilai minimum 5. Untuk rerata diperoleh nilai sebesar 6,18, sedangkan standar deviasi sebesar 0,59. Data selanjutnya dikategorikan sesuai dengan rumus yang pengkategoriannya di bagi menjadi lima yaitu: sangat baik, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Motivasi dan Sarpras

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 7,06$	Sangat Baik	0	0,00%
$6,48 < X \leq 7,06$	Baik	6	27,27%
$5,89 < X \leq 6,48$	Sedang	14	63,64%
$5,30 < X \leq 5,89$	Kurang	0	0,00%
$X \leq 5,30$	Kurang Sekali	2	9,09%
JUMLAH		22	100%

Tabel di atas menunjukkan kategorisasi pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 berdasarkan faktor motivasi dan sarpras. Perolehan data terbesar pengetahuan guru PJOK dalam menangani cedera dalam pembelajarann berdasarkan faktor motivasi dan sarpras.adalah sebanyak 14 responden atau 63,64% termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 6 responden atau 27,27% termasuk dalam kategori baik, sebanyak 2 responden atau 9,09% termasuk dalam kategori kurang sekali, sebanyak 0 responden atau 0,00% adalah termasuk dalam kategori kurang , dan sebanyak 0 responden atau 0,00% termasuk dalam kategori sangat baik. Nilai rerata faktor pengalaman keterampilan guru adalah sebesar 6,18 yang terletak pada interval $5,89 < X \leq 6,48$, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajarann berdasarkan faktor motivasi dan sarpras termasuk dalam kategori sedang. Berikut gambar diagram batangnya:



Gambar 22. Diagram Batang Pengetahuan Pencegahan Dan Perawatan Cedera Guru Penjas Sekolah Dasar Se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 Berdasarkan Faktor Motivasi dan Sarpras

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 termasuk dalam kategori sedang. Perolehan data terbesar pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajarann secara keseluruhan adalah sebanyak 10 responden atau 45,45% termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 7 responden atau 31,82% termasuk dalam kategori baik, sebanyak 3 responden atau 13,64% termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 2 responden atau 9,09% adalah termasuk dalam kategori kurang sekali, dan sebanyak 0 responden atau 0,00% termasuk dalam kategori sangat baik. Nilai rerata secara keseluruhan pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan cedera adalah sebesar 34,36 yang terletak pada interval $32,40 < X \leq 36,33$, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran secara keseluruhan termasuk pada kategori sedang.

Guru PJOK se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo yang dalam hal ini adalah subjek penelitian, mempunyai pengetahuan dalam pencegahan dan perawatan cedera termasuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa guru PJOK dalam melaksanakan pembelajaran jika terjadi sebuah kejadian cedera dapat menangani dengan cukup baik. Selain guru PJOK mampu menangani dengan cukup baik jika terjadi cedera guru

penjas orkes juga harus bisa melakukan tindakan pencegahan dan perawatan cedera olahraga. Karena pembelajaran penjas erat kaitannya dengan aktivitas fisik yang sangat memungkinkan terjadi sebuah cedera.

Menurut Sunaryo (2004;114) pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap obyek tertentu. Guru PJOK harus memiliki pengetahuan tentang tindakan-tindakan apa yang harus dilakukan untuk membangun suatu keterampilan yang bagus dalam menangani cedera. Selain itu pengetahuan juga memberikan pemahaman mengapa kita melakukan tindakan-tindakan tersebut dalam hubungannya dengan keterampilan yang akan dibangun oleh seorang guru penjas dalam menangani cedera.

Berdasarkan faktor pengetahuan keterampilan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera termasuk dalam kategori sedang atau cukup baik. guru PJOK se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup baik tentang cedera olahraga. Guru PJOK selain mengetahui cedera juga mempunyai pemahaman tentang cedera sehingga dapat mengantisipasi terjadinya cedera olahraga dalam pembelajaran. Pengetahuan tentang cedera olahraga meliputi tentang pengetahuan tentang apa itu cedera, macam olahraga serta bagaimana cara mencegah, menangani, serta menjaga demi sebuah kesembuhan jika terjadi cedera olahraga. Kemampuan tersebut dimiliki cukup baik oleh guru PJOK Sekolah Dasar se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo

Pengalaman kerja adalah ukuran tentang lama waktu atau masa kerja yang telah ditempuh seseorang dapat memahami tugas – tugas suatu pekerjaan dan telah melaksanakan dengan baik (Ranupandojo, 1984 : 71). Dari sini dapat disimpulkan bahwa semakin banyak pengalaman seseorang dan dikaitkan dengan masa kerja yang lama dalam menangani suatu pekerjaan, maka akan semakin terampil dan menjadi kebiasaan. Apalagi jika ditunjang dengan tingkat intelegensi, maka orang tersebut akan lebih mudah dalam mengembangkan tingkat pengetahuan serta keterampilannya.

Pengetahuan guru PJOK berdasarkan faktor pengalaman dalam menanganani cedera termasuk dalam kategori sedang atau cukup baik. Hal ini menunjukkan bahwa guru mempunyai pengalaman yang cukup baik dalam pencegahan dan perawatan cedera. Guru mempunyai pengalaman atau pernah langsung menangani cedera dalam pembelajaran PJOK. Guru PJOK mampu melakukan tindakan pertolongan pertama jika terjadi sebuah cedera. Pengalaman yang pernah dilakukan guru dalam menangani cedera dapat meningkatkan keterampilan seorang guru PJOK dalam melaksanakan pembelajaran yang aman.

Motivasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), (2008:930) adalah : “ Dorongan yang timbul pada diri seseorang sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu, atau usaha–usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau sekelompok orang tertentu bergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang

dikehendaki.”. Sedangkan menurut Agus S Suryobroto (2004 : 4) Sarana pendidikan jasmani adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pendidikan jasmani, mudah dipindahkan bahkan dibawa oleh pelakunya atau siswa. Contoh: bola, raket, pemukul kasti, tongkat balok, badminton, *shuttlecock*, dan masih banyak lagi. Sarana atau alat sangat penting untuk dalam memberikan motivasi dan media bagi peserta didik atau siswa untuk bergerak aktif, sehingga siswa sanggup melakukan aktifitas dengan sungguh–sungguh dengan begitu tujuan aktifitas dan pembelajaran akan tercapai.

Pengetahuan guru PJOK berdasarkan faktor motivasi dan sarpras dalam pencegahan dan perawatan cedera olahraga dalam pembelajaran termasuk dalam kategori sedang atau cukup baik. Hal ini membuktikan bahwa guru PJOK SD se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo mampu dengan cukup baik memberikan motivasi kepada siswa supaya menjaga keselamatan dalam melaksanakan pembelajaran. Siswa diberi motivasi untuk melakukan tindakan pencegahan dan perawatan serta mampu menjaga saat pelaksanaan pembelajaran. Selain itu sarana dan prasarana yang ada dalam SD se Kecamatan Bagelen Purworejo dapat dikatakan mendukung dalam upaya menangani kejadian cedera. Terbukti dengan adanya ruang khusus untuk siswa dalam menjaga kesehatan atau yang lebih dikenal dengan UKS (Unit Kesehatan Sekolah).

Berdasarkan penjelasan di atas faktor-faktor tersebut sangat mempengaruhi pengetahuan serta kemampuan guru PJOK dalam

pencegahan dan perawatan cedera olahraga. Seorang pendidik hendaknya memiliki kemampuan atau kompetensi yang baik dalam berbagai bidang, termasuk dalam melakukan tindakan pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran PJOK. Guru penjas merupakan orang yang mempunyai tanggung jawab utama dalam kegiatan pendidikan keselamatan dalam pembelajaran PJOK di sekolah. Oleh karena itu seorang guru penjas sebaiknya mempunyai kemampuan yang lebih dalam menata, mengatur, melaksanakan, serta mengevaluasi kegiatan ekstrakurikuler supaya pengembangan pribadi peserta didiknya dapat berkembang lebih baik lagi.

Pendidik atau pelatih hendaknya memiliki kemampuan atau kompetensi yang baik dalam berbagai bidang, termasuk dalam penanganan terhadap berbagai macam cedera yang dialami oleh peserta didik terutama dalam pembelajaran atau ekstrakurikuler yang dapat menyebabkan kontak fisik langsung dan mengakibatkan terjadinya cedera. Penanganan cedera yang dapat dikuasai oleh pendidik merupakan modal awal dari guru pendidikan jasmani terutama, hal ini dikarenakan guru pendidikan jasmani yang bersinggungan langsung ketika anak mengalami cedera. Selain itu usaha pencegahan cedera sebaiknya lebih ditekankan guru penjas setiap akan melaksanakan pembelajaran agar supaya siswa tahu apa saja yang dapat menyebabkan cedera. Jadi dengan cara tersebut dapat meminimalisir terjadinya cedera dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan Guru dalam pencegahan dan perawatan cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016 termasuk dalam kategori sedang. Dengan persentase 45,45% termasuk dalam kategori sedang, 31,82% termasuk dalam kategori baik, 13,64% termasuk dalam kategori kurang, 9,09% adalah termasuk dalam kategori kurang sekali, dan sebesar 0,00% termasuk dalam kategori sangat baik.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Dari kesimpulan di atas dapat ditemukan berapa implikasi yaitu: data mengenai pengetahuan guru dalam pencegahan dan perawatan berbagai macam cedera yang terjadi dalam proses pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016. Berdasarkan data tersebut diharapkan dapat menjadi gambaran bagi siswa dan guru PJOK sekolah dasar se Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo dan seluruh siswa dan guru penjas secara umum untuk lebih memahami dan mengetahui tentang cedera, cara mencegah dan tindakan perawatan jika terjadi cedera dalam pembelajaran di sekolah.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini sudah diupayakan semaksimal sesuai tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya kekurangan dan

keterbatasan waktu, biaya dan tenaga sehingga penelitian ini hanya dilakukan pada ruang lingkup yang kecil yaitu guru PJOK SD se Kecamatan Bagelen Purworejo. Selain itu kurangnya data pendukung penelitian dan kurang maksimalnya data utama sehingga berpengaruh pada hasil penelitian.

D. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Guru

Melaksanakan pembelajaran dengan baik serta aman. Selain itu memberikan motivasi dan dorongan yang lebih sering terhadap siswa sehingga dapat mencegah, menjaga, serta merawat jika terjadi cedera olahraga dalam pembelajaran

2. Sekolah

Pihak sekolah hendaknya memberikan fasilitas dan sarana prasarana yang memadai dalam pengembangan pembelajaran dan memberikan dukungan moril bagi guru dan siswa dalam upaya pendidikan keselamatan dalam mencegah terjadinya cedera

3. Peneliti lain

Kepada peneliti lain yang tertarik untuk meneliti pengetahuan guru PJOK dalam pencegahan dan perawatan cedera olahraga hendaknya mengadakan penelitian lebih lanjut dengan menggali data penelitian yang lebih bervariasi dan dihubungkan dengan unsur – unsur lainnya juga dengan jumlah sampel yang lebih banyak

DAFTAR PUSTAKA

- Agus S Suryobroto. (2004). *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anas Sudjiono.(2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja GrafindoPersada.
- Andun sudjandoko. (2000). *Pencegahan dan Perawatan Cedera*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Ari Purwo Harmoko. (2010). Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Arma Abdullah. (1994). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Armin Suhaidin. (2009). Judul Identifikasi Cedera pada Permainan Futsal. *Skripsi*. Yogyakarta . FIK UNY
- Bambang Priyonoadi. (2012). *Penanganan Cedera Olahraga Seminar Nasional*. Yogyakarta : UNY Press.
- Daryanto (2008).*Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Depdiknas. (2003). *Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional* . Jakarta : Dekdikbud.
- Engkos Kosasih, (1995). *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akedemi Presindo
- Faradika Ratria P. (2010).“Persepsi Guru pendidikan Jasmani Sekolah Menengah Atas Negeri se-Kota Yogyakarta tentang Penilaian Domain Afektif”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hardianto Wibowo. (1995). *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hari Amirullah, R. (2003). Alat Evaluasi Keterampilan Bermain Bola Basket: *Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas.
- Kartono Mohammad. (2001). *Pertolongan Pertama*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Internet. (2015). Cedera Olahraga serta Pencegahan dan Perawatan Cedera yang di akses dalam situs www.google.com. yang diunduh pada tanggal 26 September 2015 pukul 20.15 WIB

- Lukas Ani Murtopo. (2013). Identifikasi Cedera dalam Proses Pembelajaran PJOK di Kecamatan Grabag Kabupaten Purworejo. *Skripsi*. Yogyakarta . FIK UNY
- Novita Intan Arovah. (2010). Diagnosis dan manajemen cedera olahraga. Yogyakarta:FIK UNY
- Pfeiffer,Ronald. P. (2009). *Sports Firsts Aid (Pertolongan Pertama dan Pencegahan Cedera Olahraga)*. Jakarta : Erlangga.
- Purna Widarti Rahayu. (2012). Identifikasi Kecelakaan Dan Faktor Penyebab Cedera Pada Saat Pembelajaran Penjas Di Kecamatan Banyuurip Kabupaten Purworejo. *Skripsi*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Saifudin Azwar. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*.Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Stevenson, M. R., P. Hamer, et al. "Sport, age, and sex specific incidence of sports injuries in Western Australia." *British journal of sports medicine*. 2000. 34(3): 188.
- Sudaryono. (2012). *Dasar-dasar Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta : Penerbit Graha Ilmu.
- Sudjana, Nana,. (2002). *Dasar-dasar proses belajar dan mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Sugiyono. (2007). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta:EGC.
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Taylor, Paul M & Taylor, Diane K. (1997). *Mencegah dan Mengatasi Cedera.(Khabib. Terjemahan)*. Jakarta : PT. Raja Graфика.
- Unversitas Negeri Yogyakarta. (2011). *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta. UNY Press.
- Victor G. Simanjuntak. dkk. (2009). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Walker, Brad. 2007. *The Anatomy of Stretching*. California: Lotus Publishing
- Yustinus Sukarmin. (2005). Majalah Ilmiah Olahraga. dalam situs <http://staff.uny.ac.id> yang diakses pada tanggal 5 Mei 2015 pada pukul 20.30 WIB

LAMPIRAN

Lampiran1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 511/UN.34.16/PP/2015 10 Agustus 2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian
Yth : K.a BAPPEDA Kab. Purworejo
Jl. Mayjend Sutoyo 105
Purworejo, Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Iksan Saadullah
NIM : 11604224027
Program Studi : PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Agustus s.d September 2015
Tempat/obyek : SD Negeri Se- Kecamatan Bagelen
Judul Skripsi : Keterampilan Guru Penjasorkes Dalam Penanganan Cedera Pada Proses Pembelajaran Di SD Negeri Se- Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N
2. Kaprodi PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN PURWOREJO
KANTOR PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN TERPADU

Jl. Urip Sumoharjo No. 6 Purworejo Kode Pos 54111
Telp. (0275) 325202 Fax. (0275) 325202 Email : kpmpt@purworejokab.go.id

IZIN RISET / SURVEY / PKL

NOMOR : 072/344/2015

- I. Dasar : 1. Peraturan Daerah Kabupaten Purworejo Nomor 14 Tahun 2008 tentang Organisasi dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kabupaten Purworejo (Lembaran Daerah Kabupaten Purworejo Tahun 2008 Nomor 11).
2. Peraturan Bupati Purworejo Nomor 44 Tahun 2014 tentang Pendegelasan Wewenang Penerbitan Beberapa Jenis Izin Kepada Kantor Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu Kabupaten Purworejo.
- II. Menunjuk : Surat dari Fak. Ilmu Keolahragaan UNY Nomor:511/UN.34.16/PP/2015 Tanggal 10 Agustus 2015
- III. Bupati Purworejo memberi Izin untuk melaksanakan Riset/ Survey/ PKL dalam Wilayah Kabupaten Purworejo kepada :

❖ Nama	: Iksan Saadullah
❖ Pekerjaan	: Mahasiswa
❖ NIM/NIP/KTP/ dll.	: 11604224027
❖ Instansi / Univ/ Perg. Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
❖ Jurusan	: PGSD Penjas / F IK
❖ Program Studi	: PGSD Penjas
❖ Alamat	: Semono RT.01 RW.01 Kec. Bagelen Kab. Purworejo
❖ No. Telp.	: 0823327051001
❖ Penanggung Jawab	: Drs. Bambang Priyonoadi, M.Kes.
❖ Maksud / Tujuan	: Penelitian
❖ Judul	: Ketrampilan Guru Penjasorkes Dalam Penanganan Cidera
❖ Lokasi	: SD Negeri se Kecamatan Bagelen
❖ Lama Penelitian	: 1 bulan
❖ Jumlah Peserta	:

Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu stabilitas daerah.
- b. Sebelum langsung kepada responden maka terlebih dahulu melapor kepada :
 1. Kepala Kantor Kesbangpol Kabupaten Purworejo
 2. Kepala Pemerintahan setempat (Camat, Kades / Lurah)
- c. Sesudah selesai mengadakan Penelitian supaya melaporkan hasilnya Kepada Yth. Bupati Purworejo Cq. Kepala KPMP, dengan tembusan BAPPEDA Kab. Purworejo

Surat Ijin ini berlaku tanggal 11 Agustus 2015 sampai dengan tanggal 11 September 2015.

Tembusan, dikirim kepada Yth :

1. Ka. Bappeda Kab. Purworejo;
2. Ka. Kantor Kesbangpol Kab. Purworejo;
3. Ka. Dindikbudpora Kab. Purworejo;
4. Ka. SD Negeri terkait;
5. Ka. Prodi PGSD Penjas UNY;

Dikeluarkan : Purworejo
Pada Tanggal : 11 Agustus 2015

a.n. BUPATI PURWOREJO

KEPALA KANTOR

**PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN TERPADU
KABUPATEN PURWOREJO**

NATUR PRIYO UTOMO, S.Sos

Pembina Tk. I

NIP. 19640724 198611 1 001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 511/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

10 Agustus 2015

Yth : K.a BAPPEDA Kab. Purworejo
Jl. Mayjend Sutoyo 105
Purworejo, Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Iksan Saadullah
NIM : 11604224027
Program Studi : PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Agustus s.d September 2015
Tempat/obyek : SD Negeri Se- Kecamatan Bagelen
Judul Skripsi : Keterampilan Guru Penjasorkes Dalam Penanganan Cedera Pada Proses Pembelajaran Di SD Negeri Se- Kecamatan Bagelen Kabupaten Purworejo Tahun 2015/2016

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N
2. Kaprodi PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan Expert Judgement

PERMOHONAN DAN PERNYATAAN JUDGEMENT

Hal : Surat permohonan menjadi *Expert Judgement*
Lamp : 1 Bendel angket penelitian

Kepada,
Yth. Cerika Rismayanthi, M. Or
Di tempat


Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang akan saya lakukan dengan judul
**"KETRAMPILAN GURU PENJASORKES DALAM PENANGANAN CEDERA
PADA PROSES PEMBELAJARAN DI SD NEGERI SE KECAMATAN BAGELAN
KABUPATEN PURWOREJO TAHUN 2015/2016"**. Maka dengan ini saya memohon
kepada Ibu untuk berkenan memberikan masukan terhadap instrumen penelitian sebagai
Expert Judgement. Masukan tersebut sangat membantu tingkat kepercayaan hasil penelitian
yang akan saya lakukan

Demikian permohonan ini, besar harapan saya semoga Ibu berkenan dengan
permohonan ini. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

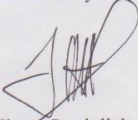
Yogyakarta, 05 Agustus 2015

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Bambang Priyonoadi, M.Kes
NIP. 19720904 200112 2 001
195905281985021001

Hormat saya



Iksan Saadullah
NIM. 11604224027

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Cerika Rismayanthi, M. Or

NIP : 19830127 200604 2 001

Menerangkan bahwa instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi Saudara :

Nama : Iksan Saadullah

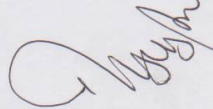
NIM : 11604224027

Jurusan / Prodi : POR / PGSD Penjas

Judul TAS : KETRAMPILAN GURU PENJASORKES DALAM
PENANGANAN CEDERA PADA PROSES
PEMBELAJARAN DI SD NEGERI SE KECAMATAN
BAGELAN KABUPATEN PURWOREJO TAHUN
2015/2016

Telah memenuhi syarat sebagai instrumen penelitian guna pengambilan data.

Yang memvalidasi,



Cerika Rismayanti, M. Or

NIP. 19830127 200604 2 001

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

1. Angket Uji Coba Penelitian

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
	KETERAMPILAN GURU PJOK DALAM PENANGANAN CEDERA BERDASARKAN FAKTOR PENGETAHUAN	YA	TIDAK
1	Cedera adalah suatu tenaga berlebihan yang dibebankan pada tubuh, sehingga tubuh tidak dapat menahan atau menyesuaikan dirinya		
2	Cedera itu menimbulkan rasa nyeri yang merupakan rasa sakit yang tidak dapat diobati		
3	Cedera berdasarkan tingkatannya mempunyai 3 macam tingkatan yaitu ringan, sedang, dan berat		
4	Cedera ringan adalah cedera yang disebabkan oleh benturan atau pukulan biasanya ditandai memar pada kulit		
5	Cedera sedang adalah cedera yang ditandai dengan nyeri dan bengkak		
6	Cedera berat adalah cedera yang mengakibatkan peningkatan rasa sakit dan pembengkakan yang parah		
7	Cedera strain adalah cedera yang terjadi pada otot dan tendon		
8	Cedera sprain adalah cedera yang terjadi pada ligament		
9	Cedera dislokasi adalah Keadaan dimana tulang-tulang yang membentuk sendi tidak lagi berhubungan secara anatomis		
10	Patah tulang adalah terlepasnya tulang dari tempat yang semestinya bias berupa patah tulang terbuka dan tertutup		
11	Pencegahan cedera dilakukan sebelum melaksanakan pembelajaran agar tidak terjadi cedera dalam pembelajaran		
12	Pemanasan adalah langkah untuk mencegah terjadinya cedera olahraga		
13	Sarapan pagi sangat penting sebagai sumber energy sehingga dapat mencegah cedera		
14	Instruksi dan pengawasan guru yang baik dapat mencegah terjadinya cedera		
	KETERAMPILAN GURU PJOK DALAM PENANGANAN CEDERA BERDASARKAN FAKTOR PENGALAMAN	YA	TIDAK
15	Latar belakang pendidikan saya adalah D1/D2 PJOK		
16	Latarbelakang pendidikan saya adalah bukan D4/ S1 PJOK		
17	Saya sudah mengajar PJOK selama kurang dari 5 tahun		
18	Saya sudah mengajar PJOK selama 6-10 tahun		
19	Saya sudah mengajar PJOK selama lebih dari 10 tahun		
20	Kejadian cedera olahraga di sekolah saya jarang terjadi		
21	Saya sering menangani cedera pada saat pembelajaran PJOK		
22	Cara menangani cedera memar yaitu langsung membawa kerumah sakit		
23	Pertolongan pertama cedera memar dengan cara pengkompresan		
24	Saya pernah menangani cedera kram otot		
25	Pertolongan pertama jika terjadi kram otot adalah dengan cara daerah		

	yang cedera di kendorkan		
26	Saya pernah menangani cedera lepuh		
27	Cedera lepuh dapat saya tangani dengan cara mencuci bagian yang cedera lalu mengoles salep antiseptik seperti obat merah pada bagian cedera		
28	Saya pernah menangani cedera perdarahan		
29	Pertolongan pertama cedera Perdarahan adalah menghentikan bagian titik pusat perdarahan dengan metode <i>tourniquet</i>		
30	Saya pernah menangani cedera dislokasi pada bahu		
31	Pertolongan pertama dislokasi bahu adalah dengan cara reposisi tulang dengan cara ditarik sampai bagian yang cedera berbunyi 'klik'		
32	Saya pernah menangani cedera patah tulang terbuka atau tertutup		
33	Saya langsung membawa korban patah tulang terbuka atau tertutup kerumah sakit tanpa dilakukan pertolongan pertama		
34	Saya pernah menangani cedera pingsan		
35	Saya langsung membawa siswa yang pingsan ketempat yang teduh		
36	Saya pernah menangani cedera strain		
37	Pertolongan pertama cedera strain 1 adalah di istirahatkan selama beberapa hari		
38	Saya pernah menangani cedera ligament/ sprain		
39	Saya langsung membawa korban cedera sprain tingkat 1 ke rumah sakit		
40	Saya pernah menangani cedera luka tusuk, robek, dan luka iris		
41	Cara yang saya lakukan untuk menangani luka adalah dengan urutan membersihkan, member obat antiseptik dan menutup luka		
	KETERAMPILAN GURU PJOK DALAM PENANGANAN CEDERA BERDASARKAN FAKTOR MOTIVASI	YA	TIDAK
42	Saya menyampaikan materi PJOK dengan aman dan menyenangkan sehingga siswa merasa nyaman dan aman melaksanakan pembelajaran PJOK		
43	Guru PJOK harus mampu memberikan motivasi yang baik seperti memberi nasehat supaya anak tidak mengalami cedera dalam pembelajaran PJOK		
44	Siswa diberi pengarahannya supaya berhati-hati dalam melaksanakan pembelajaran PJOK		
45	Siswa disuruh saling tolong menolong apabila terjadi suatu cedera		
46	Guru berpesan kepada siswa apabila terjadi cedera segera melapor kepada guru teman atau orang terdekat		
47	Saya langsung membawa siswa yang cedera kerumah sakit karena tidak mempunyai sarana dan prasarana yang memadai untuk menangani cedera		
48	Sarana dan prasarana dapat mempengaruhi keterampilan guru PJOK dalam menangani cedera		

2. Angket Penelitian

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
	KETERAMPILAN GURU PJOK DALAM PENANGANAN CEDERA BERDASARKAN FAKTOR PENGETAHUAN	YA	TIDAK
1	Cedera adalah suatu tenaga berlebihan yang dibebankan pada tubuh, sehingga tubuh tidak dapat menahan atau menyesuaikan dirinya		
2	Cedera itu menimbulkan rasa nyeri yang merupakan rasa sakit yang tidak dapat diobati		
3	Cedera berdasarkan tingkatannya mempunyai 3 macam tingkatan yaitu ringan, sedang, dan berat		
4	Cedera ringan adalah cedera yang disebabkan oleh benturan atau pukulan biasanya ditandai memar pada kulit		
5	Cedera sedang adalah cedera yang ditandai dengan nyeri dan bengkak		
6	Cedera berat adalah cedera yang mengakibatkan peningkatan rasa sakit dan pembengkakan yang parah		
7	Cedera strain adalah cedera yang terjadi pada otot dan tendon		
8	Cedera sprain adalah cedera yang terjadi pada ligament		
9	Cedera dislokasi adalah Keadaan dimana tulang-tulang yang membentuk sendi tidak lagi berhubungan secara anatomis		
10	Patah tulang adalah terlepasnya tulang dari tempat yang semestinya bias berupa patah tulang terbuka dan tertutup		
11	Pencegahan cedera dilakukan sebelum melaksanakan pembelajaran agar tidak terjadi cedera dalam pembelajaran		
12	Pemanasan adalah langkah untuk mencegah terjadinya cedera olahraga		
13	Sarapan pagi sangat penting sebagai sumber energy sehingga dapat mencegah cedera		
14	Instruksi dan pengawasan guru yang baik dapat mencegah terjadinya cedera		
	KETERAMPILAN GURU PJOK DALAM PENANGANAN CEDERA BERDASARKAN FAKTOR PENGALAMAN	YA	TIDAK
15	Latar belakang pendidikan saya adalah D1/D2 PJOK		
16	Latarbelakang pendidikan saya adalah bukan D4/ S1 PJOK		
17	Saya sudah mengajar PJOK selama kurang dari 5 tahun		
18	Saya sudah mengajar PJOK selama 6-10 tahun		
19	Saya sudah mengajar PJOK selama lebih dari 10 tahun		
20	Kejadian cedera olahraga di sekolah saya jarang terjadi		
21	Saya sering menangani cedera pada saat pembelajaran PJOK		
22	Cara menangani cedera memar yaitu langsung membawa kerumah sakit		
23	Pertolongan pertama cedera memar dengan cara pengkompresan		
24	Saya pernah menangani cedera kram otot		
25	Pertolongan pertama jika terjadi kram otot adalah dengan cara daerah yang cedera di kendorkan		

26	Saya pernah menangani cedera lepuh		
27	Cedera lepuh dapat saya tangani dengan cara mencuci bagian yang cedera lalu mengoles salep antiseptik seperti obat merah pada bagian cedera		
28	Saya pernah menangani cedera perdarahan		
29	Pertolongan pertama cedera Perdarahan adalah menghentikan bagian titik pusat perdarahan dengan metode <i>tourniquet</i>		
30	Saya pernah menangani cedera dislokasi pada bahu		
31	Pertolongan pertama dislokasi bahu adalah dengan cara reposisi tulang dengan cara ditarik sampai bagian yang cedera berbunyi 'klik'		
32	Saya pernah menangani cedera patah tulang terbuka atau tertutup		
33	Saya pernah menangani cedera pingsan		
34	Saya langsung membawa siswa yang pingsan ketempat yang teduh		
35	Pertolongan pertama cedera strain 1 adalah di istirahatkan selama beberapa hari		
36	Saya pernah menangani cedera ligament/ sprain		
37	Saya langsung membawa korban cedera sprain tingkat 1 ke rumah sakit		
38	Saya pernah menangani cedera luka tusuk, robek, dan luka iris		
	KETERAMPILAN GURU PJOK DALAM PENANGANAN CEDERA BERDASARKAN FAKTOR MOTIVASI	YA	TIDAK
39	Saya menyampaikan materi PJOK dengan aman dan menyenangkan sehingga siswa merasa nyaman dan aman melaksanakan pembelajaran PJOK		
40	Guru PJOK harus mampu memberikan motivasi yang baik seperti memberi nasehat supaya anak tidak mengalami cedera dalam pembelajaran PJOK		
41	Siswa diberi pengarahan supaya berhati-hati dalam melaksanakan pembelajaran PJOK		
42	Siswa disuruh saling tolong menolong apabila terjadi suatu cedera		
43	Guru berpesan kepada siswa apabila terjadi cedera segera melapor kepada guru teman atau orang terdekat		
44	Saya langsung membawa siswa yang cedera kerumah sakit karena tidak mempunyai sarana dan prasarana yang memadai untuk menangani cedera		
45	Sarana dan prasarana dapat mempengaruhi keterampilan guru PJOK dalam menangani cedera		

Lampiran 4. Data Uji Coba Penelitian

1. Uji Validitas

NO	FAKTOR PENGETAHUAN														JML
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	13
2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	6
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	12
5	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	13
9	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	12
R TABEL	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	
R HASIL	0,899	0,899	0,954	0,695	0,642	0,954	0,954	0,695	0,954	0,654	0,687	0,642	0,695	0,642	
KESIMPULAN	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	

PENGALAMAN																																									JML
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41															
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25								
1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	19									
1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	9									
0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2									
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27									
1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26									
1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23									
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0									
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	21								
1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	19								
0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632										
0,857	0,682	0,670	0,834	0,777	0,857	0,692	0,936	0,692	0,747	0,704	0,857	0,791	0,791	0,704	0,704	0,704	0,734	0,617	0,834	0,857	0,530	0,834	0,734	0,657	0,734	0,541															
V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	TV	V	V	TV	V	V	V	V	V	V	V	V	V	TV										

MOTIVASI SERTA SARANA DAN PRASARANA							JML
42	43	44	45	46	47	48	
1	1	1	1	1	1	1	7
1	1	0	0	1	1	1	5
1	1	0	1	1	1	0	5
1	1	1	1	1	0	1	6
1	1	1	0	1	1	1	6
0	1	0	0	1	0	1	3
0	0	0	0	0	0	0	0
0	1	1	1	1	1	1	6
1	1	1	1	1	1	1	7
1	1	1	1	1	1	1	7
0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	0,632	
0,690	0,830	0,763	0,665	0,830	0,690	0,647	
V	V	V	V	V	V	V	

Keterangan : V = Valid

TV = Tidak Valid

2. Uji Reliabilitas

a. Reabilitas faktor Pengetahuan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.765	14

b. Reliabilitas faktor Pengalaman

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.845	24

c. Reliabilitas faktor Motivasi dan Sarpras

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.637	7

Lampiran 5. Data Penelitian

KETRAMPILAN GURU PENJASORKES DALAM PENANGANAN CEDERA PADA PROSES PEMBELAJARAN DI SD NEGERI SE KECAMATAN BAGELAN KABUPATEN PURWOREJO TAHUN 2015/2016																																																		
NO	FAKTOR PENGETAHUAN														JML	PENGALAMAN																							JML	MOTIVASI SERTA SARANA DAN PRASARANA							JML	TOT		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37		38	39	40	41	42	43	44			45	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	15	1	1	1	1	1	1	1	7	36	
2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	12	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	17	1	1	1	1	1	1	1	7	36
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	13	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	17	1	1	1	1	1	0	1	6	36	
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	17	0	1	1	1	1	1	1	6	37	
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	13	0	1	1	1	1	0	1	5	32	
6	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	12	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	1	1	1	1	1	0	1	6	39		
7	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	8	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	13	1	1	1	1	1	1	1	7	28	
8	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	11	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	6	1	1	1	1	1	0	1	6	23		
9	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	11	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	16	1	1	1	1	1	0	1	6	33	
10	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	13	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	17	1	1	1	1	1	1	1	7	37	
11	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	12	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	21	0	1	1	1	1	1	1	6	39	
12	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	11	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	18	1	1	1	1	1	0	1	6	35	
13	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	11	1	1	1	0	1	1	1	6	29		
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	15	1	1	1	1	1	1	0	6	35		
15	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	13	1	1	1	1	1	1	1	7	33		
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	16	1	1	1	1	1	0	1	6	36	
17	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	11	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	13	1	1	1	1	0	1	1	6	30		
18	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	11	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	20	1	1	1	0	1	1	1	6	37		
19	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	10	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	18	0	1	1	1	1	1	1	6	34		
20	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	12	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	20	1	0	0	1	1	1	1	5	37		
21	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	10	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	20	0	1	1	1	1	1	1	6	36		
22	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	12	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	19	1	1	1	1	1	1	1	7	38		

KETRAMPILAN GURU TERHADAP PENANGANAN CEDERA SECARA KESELURUHAN

M	=	34,36
SD	=	3,93
Sangat Baik	: $X > M + 1,5 SD$	
Baik	: $M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	
Sedang	: $M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	
Kurang	: $M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	
Kurang Sekali	: $X \leq M - 1,5 SD$	
Kategori	Skor	
Sangat Baik	: X > 40,27	
Baik	: 36,33 < X ≤ 40,27	
Sedang	: 32,40 < X ≤ 36,33	
Kurang	: 28,46 < X ≤ 32,40	
Kurang Sekali	: X ≤ 28,46	

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 40,27$	Sangat Baik	0	0,00%
$36,33 < X \leq 40,27$	Baik	7	31,82%
$32,40 < X \leq 36,33$	Sedang	10	45,45%
$28,46 < X \leq 32,40$	Kurang	3	13,64%
$X \leq 28,46$	Kurang Sekali	2	9,09%
JUMLAH		22	100%

KETRAMPILAN GURU TERHADAP PENANGANAN CEDERA FAKTOR PENGETAHUAN

M	=	12,00
SD	=	1,57
Sangat Baik	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$	
Baik	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	
Kurang	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	
Kurang Sekali	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	
Kategori		Skor
Sangat Baik	:	X > 14,36
Baik	:	12,79 < X ≤ 14,36
Sedang	:	11,21 < X ≤ 12,79
Kurang	:	9,64 < X ≤ 11,21
Kurang Sekali	:	X ≤ 9,64

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 14,36$	Sangat Baik	0	0,00%
$12,79 < X \leq 14,36$	Baik	8	36,36%
$11,21 < X \leq 12,79$	Sedang	6	27,27%
$9,64 < X \leq 11,21$	Kurang	7	31,82%
$X \leq 9,64$	Kurang Sekali	1	4,55%
JUMLAH		22	100%

KETRAMPILAN GURU TERHADAP PENANGANAN CEDERA FAKTOR MOTIVASI DAN SARPRAS

M	=	6,18
SD	=	0,59
Sangat Baik	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$	
Baik	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	
Kurang	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	
Kurang Sekali	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	
Kategori		Skor
Sangat Baik	:	X > 7,06
Baik	:	6,48 < X ≤ 7,06
Sedang	:	5,89 < X ≤ 6,48
Kurang	:	5,30 < X ≤ 5,89
Kurang Sekali	:	X ≤ 5,30

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X > 7,06$	Sangat Baik	0	0,00%
$6,48 < X \leq 7,06$	Baik	6	27,27%
$5,89 < X \leq 6,48$	Sedang	14	63,64%
$5,30 < X \leq 5,89$	Kurang	0	0,00%
$X \leq 5,30$	Kurang Sekali	2	9,09%
JUMLAH		22	100%

NO	HASIL PERHITUNGAN				PENGKATEGORIAN			
	keseluruhan	pengetahuan	pengalaman	motivasi dan sarpras	keseluruhan	pengetahuan	pengalaman	motivasi dan sarpras
1	36	14	15	7	Sedang	Baik	Sedang	Baik
2	36	12	17	7	Sedang	Sedang	Sedang	Baik
3	36	13	17	6	Sedang	Baik	Sedang	Sedang
4	37	14	17	6	Baik	Baik	Sedang	Sedang
5	32	14	13	5	Kurang	Baik	Kurang	Kurang Sekali
6	39	12	21	6	Baik	Sedang	Baik	Sedang
7	28	8	13	7	Kurang Sekali	Kurang Sekali	Kurang	Baik
8	23	11	6	6	Kurang Sekali	Kurang	Kurang Sekali	Sedang
9	33	11	16	6	Sedang	Kurang	Sedang	Sedang
10	37	13	17	7	Baik	Baik	Sedang	Baik
11	39	12	21	6	Baik	Sedang	Baik	Sedang
12	35	11	18	6	Sedang	Kurang	Sedang	Sedang
13	29	12	11	6	Kurang	Sedang	Kurang	Sedang
14	35	14	15	6	Sedang	Baik	Sedang	Sedang
15	33	13	13	7	Sedang	Baik	Kurang	Baik
16	36	14	16	6	Sedang	Baik	Sedang	Sedang
17	30	11	13	6	Kurang	Kurang	Kurang	Sedang
18	37	11	20	6	Baik	Kurang	Baik	Sedang
19	34	10	18	6	Sedang	Kurang	Sedang	Sedang
20	37	12	20	5	Baik	Sedang	Baik	Kurang Sekali
21	36	10	20	6	Sedang	Kurang	Baik	Sedang
22	38	12	19	7	Baik	Sedang	Baik	Baik

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Pengisian Angket



Gambar 2. Pengisian Angket



Gambar 3 Gambar 1. Pengisian Angket



Gambar 4. Meminta tanda tangan