

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga saat ini sudah semakin pesat. Hal ini dapat diamati dan dilihat dengan membagi aktivitas olahraga berdasarkan tujuan yang akan dicapai. Olahraga yang bertujuan untuk prestasi diberikan pada sekolah olahraga seperti diklat Ragunan, sedangkan olahraga yang bertujuan untuk rekreasi dilakukan ditempat-tempat wisata, dan olahraga pendidikan yang diberikan pada saat pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang berlangsung di sekolah, guru menyampaikan materi pembelajaran berdasarkan kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP). Materi-materi yang diberikan di lapangan berupa jenis olahraga permainan dan olahraga yang diperlombakan, materi olahraga yang bersifat individu maupun beregu. Sementara itu, materi pembelajaran di kelas berupa kesehatan secara umum.

Aktivitas manusia tentunya memiliki resiko tersendiri termasuk aktivitas olahraga. Resiko dari aktivitas olahraga adalah terjadinya cedera. Data dari artikel sekripsi yang ditulis oleh Agnes Yoga Wicaksono diposting pada tanggal 07-30-2012 oleh Universitas Negeri Malang dapat diketahui sebanyak 47,13 % peserta dan pelatih atau pembina ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kota Blitar menyatakan selalu atau sering mengalami cedera pada saat kegiatan ekstrakurikuler olahraga seperti keseleo sendi, kram dan luka lecet. Selain tersebut diatas, faktor yang menyebabkan terjadinya cedera, yaitu: (1) faktor internal, diantaranya: postur tubuh, beban berlebih, kondisi fisik, ketidak

seimbangan otot, koordinasi gerakan yang salah, dan kurangnya pemanasan, (2) faktor eksternal, diantaranya karena alat-alat olahraga, keadaan lingkungan, olahraga *body contact* dan (3) *over-use* akibat penggunaan otot berlebihan atau terlalu lelah (Hardianto Wibowo, 1994: 13).

Guru pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan mampu memberikan dan melakukan pencegahan cedera berupa pertolongan apabila terjadi cedera pada siswanya, karena guru mendapatkan bekal selama pembelajaran di perguruan tinggi berupa materi pencegahan cedera dan P3K. Tujuan dari pertolongan pertama ini untuk merawat orang yang mengalami cedera sebelum mereka mendapat pertolongan medis (Ali Satya Graha dan Bambang Priyonoadi, 2009: 72). Suprayitno (2001: 31) dalam penelitiannya yang mengambil sampel 50 guru pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah dasar Kabupaten Bantul, diketahui 2 orang (4 %) orang berpersepsi cenderung bertindak secara selamat, dan 48 orang (96 %) orang berpersepsi cenderung bertindak tidak selamat. Melihat hal tersebut, ditakutkan bahwa seorang guru juga tidak mampu memberikan tindakan pertolongan dini yang aman, tepat, dan cepat jika terjadi cedera pada siswanya. Selain hal tersebut, fakta di lapangan menunjukkan bahwa materi P3K ini ada dalam ruang lingkup mata pelajaran KTSP, sehingga timbul rasa takut jika guru tidak mampu memberikan bekal pengetahuan kepada siswanya tentang penanganan dini yang aman, cepat dan tepat untuk menangani cedera olahraga.

Guru pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan mempunyai pengetahuan baik tentang tindakan yang tepat untuk menangani cedera dini. Guru mempunyai tanggung jawab penuh pada saat pembelajaran pendidikan

jasmani dan kesehatan berlangsung. Pengetahuan yang baik seorang guru pendidikan jasmani dan kesehatan tentang P3K dapat memberikan pertolongan yang tepat jika terjadi cedera pada siswanya. Usaha yang dilakukan untuk menangani cedera dini, menggunakan prinsip tindakan P3K dengan metode *rest, ice, compression, elevation*. Diungkapkan oleh C.K.Giam dan Teh (1992: 161) *rest, ice, compression, elevation* dapat membantu penyembuhan cedera diantaranya: (1) menghentikan atau mengurangi perdarahan dan pembengkakan pada pembuluh-pembuluh darah yang mengalami cedera, (2) mengurangi atau menghilangkan nyeri karena pengaruh es, (3) membatasi gerakan untuk menghindari terjadinya cedera yang lebih lanjut, (4) menyembuhkan cedera karena pengobatan *rest, ice, compression, elevation* mengurangi peradangan karena cedera. Selain dapat membantu proses penyembuhan cedera olahraga, tindakan *rest, ice, compression, elevation* merupakan tindakan penanganan yang mudah untuk dilakukan guru.

Ditinjau dari alat-alat olahraga sekolah di Kecamatan Bantul, sebagian besar sudah memiliki sarana dan prasarana untuk berolahraga, tetapi belum memenuhi standar keselamatan. Jika ditinjau dari saat pembelajaran, pemberian materi pemanasan sebelum olahraga inti masih kurang. Berdasarkan faktor penyebab cedera, seorang guru seharusnya mampu memberikan rasa nyaman bagi siswa dalam berolahraga dengan melakukan beberapa tindakan pencegahan cedera olahraga pada saat pembelajaran berlangsung. Hasil wawancara di lapangan yang dilakukan penulis dengan guru pendidikan jasmani dan kesehatan di Kecamatan Bantul dapat diketahui: (1) Cedera yang dialami siswa saat melakukan olahraga *body contact* adalah sepakbola dan bolabasket. (2) Olahraga

yang sering menimbulkan cedera siswa pada saat melakukan olahraga *nonbody contact* adalah voli, senam lantai, dan atletik. Jenis cedera yang sering dialami siswa akibat olahraga *body contact* dan *nonbody contact* berupa kram, luka lecet, dislokasi pada bagian *ankle*, lutut, dan jari tangan. (3) Dampak dari cedera yang dialami siswa mengganggu proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, peneliti berpendapat bahwa pengetahuan yang baik dari guru pendidikan jasmani dan kesehatan terhadap penanganan dini cedera olahraga mampu membantu siswa yang mengalami cedera dengan aman, cepat, dan tepat. Hal ini dapat membantu kelancaran proses pembelajaran, sehingga perlu diadakan penelitian yang berguna mengetahui pengetahuan guru pendidikan jasmani sekolah negeri se-Kecamatan Bantul dalam penanganan dini cedera olahraga dengan *rest, ice, compression, elevation*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Dampak cedera yang dialami siswa mengganggu pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
2. Cedera olahraga sering dialami siswa saat olahraga *body contact* dan *nonbody contact*.
3. Jenis cedera yang sering dialami siswa saat pembelajaran berupa kram, luka lecet, dislokasi pada bagian *ankle*, lutut, dan jari tangan.

4. Belum diketahui pengetahuan guru pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah negeri se-Kecamatan Bantul dalam penanganan dini cedera olahraga dengan *rest, ice, compression, elevation*.

C. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu ada batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah dan mengingat terbatasnya kemampuan, tenaga, biaya, dan waktu penelitian. Dalam penelitian ini hanya akan memfokuskan pada “pengetahuan guru pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah negeri se-Kecamatan Bantul dalam penanganan dini cedera olahraga dengan *rest ice compression elevation*.”

D. Rumusan Masalah

Untuk memberikan arah yang jelas dalam penelitian, maka dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana pengetahuan guru pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah negeri se-Kecamatan Bantul dalam penanganan dini cedera olahraga dengan *rest ice compression elevation*?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan guru pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah negeri se-Kecamatan Bantul dalam penanganan dini cedera olahraga dengan *rest ice compression elevation*.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi guru dan akademisi untuk:

1. Memberikan gambaran kepada guru pendidikan jasmani dan kesehatan mengenai pentingnya memiliki pengetahuan khusus tentang tindakan penanganan cedera menggunakan metode *rest ice compression elevation* (RICE).
2. Memberikan masukan bagi para guru agar dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dapat mengikuti seluruh tahapan-tahapan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya cedera.
3. Sebagai masukan bagi akademisi untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang penanganan cedera olahraga.