



Jurnal MUI : Muhammadiyah Untuk Indonesia
 E-ISSN 2776-0324
<http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/jmui/index>



PENGETAHUAN CEDERA OLAHRAGA PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN PEKALONGAN

KNOWLEDGE OF SPORTS INJURY IN STUDENTS OF THE FACULTY OF HEALTH SCIENCES MUHAMMADIYAH UNIVERSITY PEKAJANGAN PEKALONGAN

Dias Arif Budiani¹, Mega Widya Putri²

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Jl Raya Pekajangan No. 1A Kedungwuni, Pekalongan, Indonesia.

Megawidyaputri@umpp.ac.id, Diasarif7777@gmail.com

Info Artikel

Abstrak

Info Artikel

Sejarah Artikel:
 Diterima (januari)
 (2024)
 Disetujui (januari)
 (2024)
 Dipublikasikan
 (januari) (2024)

Kata kunci:
 Pengetahuan Cedera
 Olahraga

Setiap pelaku olahraga memiliki resiko mengalami cedera saat melakukan aktivitas fisik seperti pada pendidikan jasmani, olahraga prestasi maupun olahraga kebugaran. Setiap lulusan dan mahasiswa UMPP diharapkan memiliki kemampuan untuk dapat mencegah dan menangani cedera yang terjadi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa UMPP yang terkait dengan macam-macam cedera olahraga, lokasi cedera, faktor-faktor penyebab terjadinya cedera olahraga, penanganan pada cedera olahraga dan upaya pencegahan terjadinya cedera olahraga. Metode penelitian menggunakan teknik survey dengan menyebarkan angket dan wawancara yang diberikan kepada mahasiswa UMPP. Populasi dan sampel penelitian ini adalah mahasiswa UMPP semester IV tahun ajaran 2015/2016, pengambilan sampel menggunakan random sampling. Hasil dari penelitian ini adalah tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa Semester 2 26% katagori tinggi sekali, 72% katagori tinggi dan 2% katagori sedang. Tingkat pengetahuan cedera mahasiswa semester 6 4% katagori tinggi sekali, 86% katagori tinggi, dan 10% katagori sedang; Tingkat pengetahuan mahasiswa semester 4 92% katagori tinggi dan 8% katagori sedang. Mahasiswa UMPP belum dapat mengimplementasikan penanganan cedera olahraga. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa UMPP dalam katagori tinggi

Abstract

Every sports actor has a risk of experiencing injury when doing physical activities such as physical education, achievement sports and fitness sports. Every UMPP graduate and student is expected to have the ability to be able to prevent and deal with injuries that occur. The purpose of this study was to determine the level of sports injury knowledge of UMPP students related to various types of sports injuries, injury locations, factors that cause sports injuries, treatment of sports injuries and efforts to prevent sports injuries. The research method uses survey techniques by distributing questionnaires and interviews given to UMPP students. The population and sample of this study were fourth semester UMPP students in the 2015/2016 school year, taking samples using random sampling. The results of this study were that the level of knowledge of sports injuries in Semester 2 students was 26% in the very high category,

72% in the high category and 2% in the moderate category. The level of knowledge of injuries in semester 6 students is 4% in the very high category, 86% in the high category, and 10% in the moderate category; The level of knowledge of semester 4 students is 92% in the high category and 8% in the medium category. UMPP students have not been able to implement sports injury management. The conclusion of this study is that the level of sports injury knowledge of UMPP students is in the high category

© Dias Arif Budiani, Mega Widya Putri
Under the license CC BY-SA 4.0

PENDAHULUAN

Setiap melakukan aktivitas fisik khususnya olahraga baik dalam kegiatan pendidikan, pelatihan atau kebugaran, selalu dihadapkan pada kemungkinan terjadinya cedera dan pada akhirnya dapat berakibat terganggunya aktivitas fisik, psikis dan prestasi. Efek dari cedera olahraga juga dapat berdampak fatal bagi seorang atlet, dimana atlet harus berhenti berlatih secara total. Bagi peserta didik dan masyarakat yang mengalami cedera akibat berolahraga, dapat menimbulkan trauma bila cedera yang dialaminya akan mengganggu rutinitas dan aktivitas sehari-hari.

Bagi seorang olahragawan atau pelaku olahraga, cedera yang terjadi dapat menghambat dan atau menghentikan langkahnya untuk beraktivitas dan meraih prestasi yang lebih tinggi. Cedera yang terjadi harus mendapatkan pertolongan dan pengobatan sedini mungkin, agar para olahragawan atau pelaku olahraga tidak

HASIL

Dari hasil penelitian di atas dapat dibahas beberapa hal, yaitu:

Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa UMPP

Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa secara keseluruhan berada dalam katagori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari persentase rata-rata item indikator dalam tiap kisi-kisi yang

DISKUSI

Dari wawancara dengan mahasiswa, diketahui bahwa masih ada keraguan dan ketidakyakinan mahasiswa dalam menangani pertolongan pertama pada cedera olahraga. Hal ini antara lain disebabkan pemberian materi cedera yang terlalu awal, yaitu di semester I. Materi cedera olahraga, merupakan materi terapan yang harus lebih banyak diberikan secara praktek. Sebelum materi ini diberikan sebaiknya mahasiswa sudah diberi materi pendukung untuk cedera, seperti materi anatomi, fisiologi, patofisiologi dan mata kuliah praktek cabang olahraga, sehingga mahasiswa sudah punya pemahaman tentang materi cedera dan untuk apa materi ini dipelajari.

Pemberian materi cedera olahraga yang terlalu awal dan tidak ada kelanjutan dari materi ini menyebabkan mahasiswa tidak terlatih bila menghadapi suatu kejadian. Pengetahuan merupakan kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek. Djannah (2009) dalam penelitiannya di Yogyakarta mengungkapkan bahwa semakin tinggi pengetahuan terhadap suatu objek maka akan semakin baik pula sikap seseorang terhadap objek

mengalami kesakitan yang lebih fatal dan dapat menimbulkan kecacatan, sehingga ia segera dapat mengikuti aktifitas fisik, berlatih dan bertanding kembali.

Pengetahuan tentang cedera olahraga, dapat menjadi antisipasi bagi mahasiswa dan lulusan dalam melakukan aktivitas sebagai praktisi olahraga, sehingga mereka dapat memberikan pertolongan pertama pada cedera dengan cepat dan tepat, dan dapat melakukan pencegahan terjadinya cedera baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Pentingnya memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam penanganan dan pencegahan cedera olahraga

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey (Kerlinger,2004:660). Penelitian survey dilakukan untuk mendapatkan fakta yang ada dilapangan terkait dengan pengetahuan mahasiswa UMPP Terhadap cedera olahraga

diberikan. Dari data yang diperoleh, tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa semester 4 lebih baik dari mahasiswa semester 2 dan 6, dan mahasiswa semester 4 lebih baik dari mahasiswa semester 6. Dari keseluruhan indikator, semua mahasiswa berada dalam katagori tinggi kecuali pada indikator penanganan cedera olahraga terlihat dalam katagori sedang (57.7%).

tersebut. Pentingnya pengetahuan dan keterampilan penanganan dan pencegahan cedera olahraga bagi mahasiswa UMPP berhubungan dengan aktivitas sehari-hari dan tugas mereka pada saat terjun menjadi salah satu tenaga keolahragaan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa UMPP masuk dalam katagori tinggi. Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa semester 4 lebih baik dari mahasiswa semester 2 dan 6, dan tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa semester 4 selalu lebih baik.
2. Implementasi pengetahuan cedera olahraga mahasiswa UMPP dalam kehidupan sehari-hari belum dilakukan dengan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

Arif Setiawan (2011) Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia: Volume 1; Edisi 1; pp. 94-98

Budiman, A.R. (2013) Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan, Jakarta: Salemba Medika

Brukner, Peter and Karim Khan (2007) Clinical Sports Medicine 3rd ed., Sydney: McGraw-Hill Australia Pty Ltd.

Djannah, S.N. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Pencegahan Penularan TBC pada Mahasiswa di Asrama Manokwari Sleman Yogyakarta,

www.journal.uad.ac.id/index.php/Kemas/article/download/549/pdf. Daikses pada tanggal 28 September 2015

Graha, Ali Satya dan Bambang Priyonoadi (2012) Terapi Masase Frirage:

Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh Bagian Bawah, Yogyakarta.

Kerlinger, Fred K. (2004) Asas-Asas Penelitian Behavioral, Yogyakarta: Gajah Mada University Press

Wibowo, Hardianto (1995) Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga, Jakarta: Penerbit Buku kedokteran EGC

Notoatmodjo, S. (2010) Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2010