

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Olahraga, baik yang bersifat olahraga prestasi maupun reaksi merupakan aktivitas yang dapat memberikan manfaat bagi kesehatan fisik maupun mental. Akan tetapi, olahraga yang dilakukan tanpa mengindahkan kaidah-kaidah kesehatan dapat pula menimbulkan dampak yang merugikan bagi tubuh antara lain berupa cedera olahraga. Cedera olahraga yang terjadi pada pemain selain mengganggu kesehatan juga dapat mengurangi kesempatan pemain tersebut untuk berprestasi secara maksimal (Arovah, 2010). Salah satu olahraga yang populer saat ini adalah futsal, Banyaknya peminat futsal menjadikan atlet-atlet muda bermunculan dan menjadikan futsal sebagai profesi dan hobi. Karakteristik olahraga futsal adalah dimana pemain melakukan irama permainan yang berbeda dengan perubahan arah tiba-tiba, melibatkan kontak dengan lawan, dilakukan dalam ruang yang terbatas, sehingga meningkatnya tuntutan fisik, taktis, teknis, dan psikologi, yang membuat para pemain lebih rentan terhadap cedera (Kurata, 2007). Cedera yang sering dialami oleh pemain futsal secara keseluruhan cedera yang paling banyak terjadi pada tubuh anggota badan bawah, terutama pada bagian lutut (Eko, 2013)

Jenis jenis cedera yang sering dialami pemain futsal diantaranya cedera luar seperti lecet karena gesekan rumput, kram kontraksi otot yang mengalami kecapekan, rupture tendon cidera yang terjadi pada pergelangan kaki dan

betis, trauma kejadian kontak fisik antar pemain, fraktur karena tekel brutal pemain lawan, hamstring cidra dikarenakan sprint secara dadakan, ACL (*Anterior Cruciate Ligament*) terjadi ketika benturan keras antar pemain, cedera kepala cidera yang terjadi ketika pemain saling merebut bola atas, cedera *overuse* ketegangan terus menerus pada tubuh, cedera sprain (*Ankle*) terjadi pendaratan yang salah. Cedera olahraga juga dapat terjadi karena pengaruh dari luar (*body contac*), dan kesalahan memilih alat olahraga), pengaruh dari dalam (koordinasi otot dan sendi yang tidak sempurna) serta pemakaian yang berlebihan atau *overuse* (Arsani, 2014).

Prevalensi dari kejadian cedera hamstring menurut *American football* lebih dari 40%, sedangkan di *Asustralia Rules Football* menduduki urutan ketiga setelah cedera lutut dan ankel dengan prosentase cedera hamstring 16% (Rogan dkk, 2013). Penyebab penurunan fleksibilitas otot hamstring dapat diakibatkan oleh karena kelelahan dan memendeknya otot hamstring. Sehingga dengan adanya penurunan fleksibilitas otot hamstring para olahragawan khususnya pemain futsal atau sepakbola rawan terjadi cedera otot hamstring. Dalam studi penelitian pada *Australia Football League* musim 1997-2000, ditemukan fakta bahwa telah terjadi kasus cedera olahraga baru sejumlah rata-rata 39 kasus tiap klub musimnya (22 pertandingan) dengan kasus terbanyak adalah *hamstring strain* (seward H., 2002). Peneliti lain juga mengatakan bahwa total angka cedera olahraga saat permainan pada cabang-cabang olahraga di *United States of America (USA)* (1988-2004) mencapai 13,8 kasus cedera/1000 orang atlet dan pada saat latihan mencapai 4,0 kasus cedera /1000 orang atlet (Hootman, dkk., 2007).

Sebuah survei di Belanda mencatat angka cedera pada olahraga futsal yaitu 55,2 kejadian per 10.000 jam permainan futsal yang dimainkan (Schmikli, et al, 2009). Faktor risiko cedera sendiri ada berbagai macam, diantaranya: umur, jenis kelamin, karakter, pemanasan dan peregangan, serta kelainan postur tubuh (Aminuddin Arifin, 2009). Cedera pada olahraga futsal juga sering terjadi, dan biasanya disebabkan oleh kondisi lapangan dan kurang siapnya fisik pemain futsal sebelum bermain atau pertandingan (Wahyu Eko, 2013).

Berdasarkan data kementerian pemuda dan olahraga (Kemenpora) mengenai kajian penatalaksanaan cedera olahragawan tahun 2010 ditemukan dari 133 responden terdapat sebagian besar 92% kejadian cedera olahraga pada atlet terjadi pada saat latihan. Faktor-faktor dari dalam dan dari luar, juga mempengaruhi cedera diungkapkan oleh Arif Setyawan (2011). Cedera olahraga diantaranya dapat disebabkan oleh benturan pada saat latihan atau pertandingan, kelemahan otot, *overuse* atau sarana dan pra sarana yang kurang baik. Kegiatan yang dapat menyebabkan cedera olahraga adalah latihan 30%, kompetisi 35%, kelas Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PENJASKES) 20% dan bermain informal 15%, hamidi (2011). Menurut Atay (2014) Angka kejadian cedera pada pemaian sepak bola usia dini cedera pada leher 10,1%, bahu kanan 7,7%, bahu kiri 1,8%, bahu kanan dan kiri 1,8%, siku kanan 3,6%, siku kiri 3,0%, siku kanan dan kiri 1,2%, pergelangan tangan kanan 8,9%, pergelangan tangan kiri 5,4%, punggung 4,8%, pingang 4,2%, panggul 1,8%, lutut 11,8%, sendi dan engkel 21,0%. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2013) angka kejadian cedera pada olahraga

diwilayah jawa timur mencapai angka 3,5. Penelitian dilakukan Di Lapangan Futsal Golden Ponorogo karena letaknya strategis dekat jalan Raya dan 2 kampus sehingga pemain bervariasi antara mahasiswa dan siswa. Cedera pemain futsal tersebut terjadi ketika sesi latihan ataupun saat bertanding, cedera sering terjadi saat kontak fisik maupun saat menghentikan bola dan juga ketika pemain terpelanting kelapangan, cedera yang paling sering kali terjadi dibagian sprain (angkel). Cedera tersebut terjadi dikarenakan kurangnya pemanasan dan ketidaktepatan reflek ketika jatuh

Futsal merupakan permainan bola yang dimainkan oleh dua buah regu, dan masing-masing regu beranggotakan lima orang. Prinsip bermain futsal ialah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola atau *skill* dengan kaki. Futsal memiliki lima pemain utama dan pemain cadangan. Lapangan futsal dibatasi garis, bukan net atau papan. Teknik-teknik dasar dalam permainan bola futsal adalah kontrol bola, *passing* / pengumpan, *dribling* / menggiring, menendang keras (*shooting*), kecepatan, fisik (Sutoyo, 2015).

Cedera pada pemain futsal akibat kurangnya pemanasan dan ketidakefektifkan kondisi pemain saat latihan maupun bertanding, kontak fisik antar pemain saat berlatih ataupun bertanding juga dapat menimbulkan cedera. Ada beberapa faktor penyebab cedera dari luar adalah kurangnya konsentrasi pemain saat bertanding, ukuran sepatu tidak sesuai dengan kakinya, lapangan yang licin. Jenis jenis cedera yang sering dialami pemain antara lain: cedera memar, cedera ligamentum, cedera pada otot dan tendon (*strain*), cedera angkel (*sprain*) perdarahan pada kulit, dan pingsan. Sedangkan struktur

jaringan dalam tubuh yang sering terlibat dalam cedera olahraga adalah: otot, tendon, tulang, persendian, dan fasia (Bahr,2013). Cedera sering kali direspon oleh tubuh dengan tanda radang yang terdiri atas rubor (merah), tumor (bengkak), calor (panas), dolor (nyeri), dan functional (penurunan fungsi) (Indiyanto, 2016).

Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan cara mengetahui bahwa tingginya angka cedera pada pemain futsal masih sering terjadi, dikarenakan kurangnya pemanasan saat latihan maupun saat berkompetisi, jatuh dalam posisi yang tidak tepat, dan benturan antar pemain, untuk meminimalkan terjadinya cedera pada pemain futsal khususnya tim medis perlu mengadakan sosialisasi atau penyuluhan kepada pemain futsal agar cepat dan tanggap saat dirinya mengalami cedera. Maka dari pernyataan diatas solusi untuk mengatasi masalah tersebut adalah untuk mengetahui seberapa taukah pengetahuan pemain futsal terhadap cedera yang pernah dialaminya baik yang pernah dideritanya ataupun yang belum pernah dideritanya, dari uraian masalah diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana gambaran Jenis Cedera Pada Pemain Futsal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimana Gambaran Jenis Cedera Pada Pemain Futsal Di Lapangan Futsal Golden Ponorogo?

1.3 Tujuan Penelitian

Peneliti ingin mengetahui Gambaran Jenis Cedera Pada Pemain Futsal Di Lapangan Futsal Golden Ponorogo.

1.4. Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan, pengetahuan dan sumbangan ilmu, khususnya dalam ilmu keperawatan kegawatdaruratan mengenai gambaran jenis cedera pada pemain futsal.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pemain futsal

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan tentang jenis cedera pada pemain futsal saat bermain.

2. Bagi tim medis

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan tentang penanganan jenis cedera pada pemain futsal saat bermain.

3. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan memberikan motivasi bagi profesi keperawatan untuk mengkaji dan memberikan pengetahuan tentang gambaran jenis cedera pada pemain futsal.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Fetri Rahmiati(2013) pernah meneliti tentang "Pengaruh *active stretching* dan *hold relax stretching* terhadap fleksibilitas otot *hamstring* pada pemain futsal". Tujuan penelitian tersebut adalah mengetahui beda pengaruh pemberian *active stretching* dan *hold relax stretching* pada otot *hamstring*. Teknik analisa data dengan *purposive sampling* 36 responden pemain futsal, dari hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya

hubungan antara latihan *active stretching* dan *hold relax stretching* pada otot *hamstring*. Perbedaan penelitian terletak pada metode penelitiannya.

2. Muahammad Misbah Chussurur(2015) pernah meneliti tentang “Survei cedera dalam permainan futsal pada jenis lapangan futsal semen, rumput sintetis, parquette(lantai kayu) di kota Semarang”. Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat cedera tertinggi dari ketiga jenis lapangan futsal. Teknik analisa data dengan deskriptif kuantitatif dengan sampel 30 pemain masing-masing lapangan, dari hasil penelitian pada lapangan futsal dengan tingkat cedera tertinggi yaitu lapangan kayu 25% cedera atau 36%. Dari ketiga jenis lapangan cedera paling banyak terjadi pada ekstermitas bawah atau anggota gerak bagian bawah khususnya pada pergelangan kaki 21 cedera. Dengan betuk cedera paling banyak yaitu pada sprain 30 pemain. Perbedaan penelitian terletak pada metode penelitiannya.
3. Puteri Utami R(2016) pernah meneliti tentang “Hubungan Agility terhadap kejadian cedera olahraga pada pemain futsal SMAN Makasar 2016”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara agility dengan kejadian cedera olahraga pada pemain futsal. Metode yang digunakan yaitu deskriptif komperatif, dengan sampel berjumlah 55 responden dari tim futsal siswa SMAN 2 dan 21 Makasaar, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan atara agility dengan kejadian cedera olahraga pada pemain futsal tingkat SMAN

Makasar dengan nilai sebesar ($p=0.038 < p=0.05$). Perbedaan penelitian terletak pada metode penelitiannya.

