

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan olahraga yang dimainkan menggunakan kaki untuk menciptakan gol, sehingga atlet sepak bola memiliki risiko tinggi mengalami cedera *ankle sprain*. Cedera pada pergelangan kaki menjadi salah satu cedera akut yang sering terjadi pada pemain sepak bola karena tumpuan kaki yang salah (Sudirman *et al.*, 2021). *Ankle sprain* merupakan cedera akut pada pergelangan kaki yang dapat menimbulkan komplikasi akibat penatalaksanaan yang kurang memadai (Daffa Alfarisi & Wahyuni, 2023). *Ankle sprain* yang tidak mendapatkan penanganan secara tepat dapat menyebabkan instabilitas sendi pada pergelangan kaki atau CAI (*Chronic Ankle Instability*) (Viani *et al.*, 2023).

Di Indonesia prevalensi cedera *ankle sprain* pada rentang usia 15-24 tahun sebesar 32,8% angka ini tergolong tinggi dibandingkan cedera yang lain, sedangkan prevalensi cedera *ankle sprain* di Jawa Timur sebesar 30,5% (Kemenkes, 2018). Di kota Blitar prevalensi cedera pada anggota gerak bawah sebanyak 67,27%, hal tersebut angka yang cukup tinggi dalam kejadian cedera (Risksdas, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan di tiga klub besar tingkat SMA di kota Blitar, 4 pemain sepak bola pernah mengalami cedera *ankle sprain* pada tahun 2023 dan semakin meningkat pada tahun 2024 yaitu sejumlah 10 pemain sepak bola. Dari 14 pemain sepak bola yang mengalami cedera *ankle sprain* 8 diantaranya mengetahui cara melakukan pertolongan pertama pada

cedera *ankle sprain* menggunakan metode *RICE* dan 6 pemain lainnya tidak mengetahui metode *RICE* secara runtut.

Terjadinya cedera *ankle sprain* dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal (Harmianto *et al.*, 2024). Cedera *ankle sprain* dapat terjadi secara mendadak sehingga menimbulkan peradangan yang ditandai dengan rubor (merah), calor (panas), tumor (bengkak), dolor (nyeri), dan penurunan fungsi (*functiolaesa*) (Agung Saputro *et al.*, 2022). *Ankle sprain* sering mengalami kekambuhan sehingga dapat mengganggu aktivitas atlet untuk berlatih. Dalam kasus tertentu *ankle sprain* dapat berkembang menjadi ketidakstabilan pergelangan kaki yang kronis (*Cronic Ankle Instability/CAI*) dan lebih dari 40% yang mengalami *ankle sprain* berkembang menjadi kronis dengan gejala nyeri, bengkak, ketidakstabilan, dan kekambuhan yang persisten setidaknya selama 12 bulan setelah cedera (Sarcon *et al.*, 2019). Oleh sebab itu, penanganan pertama pada cedera *ankle sprain* sangat penting untuk meningkatkan kesembuhan bagi pemain sepak bola.

Pada cedera *ankle sprain* diperlukan penanganan awal yang tepat dengan menggunakan metode *RICE* yaitu *rest*, *ice*, *compression* dan *elevation*. Penggunaan terapi *RICE* merupakan pertolongan pertama yang masuk akal dalam fase akut keseleo pada pergelangan kaki untuk mengurangi nyeri dan memfasilitasi mobilisasi dini (Chen *et al.*, 2019). Penerapan metode *RICE* dalam pertolongan pertama terhadap cedera dilakukan secepat mungkin yaitu antara 48-72 jam (Saputro & Juntara, 2022). Penanganan awal secara tepat pada cedera *ankle sprain* menjadi tahap awal untuk menunjang kesembuhan pasien.

Berdasarkan uraian diatas diharapkan pemain sepak bola mampu memberikan pertolongan pertama pada cedera *ankle sprain*. Keterampilan dalam melakukan pertolongan pertama dapat dilakukan oleh pemain sepak bola. Anggota ekstrakurikuler sepak bola berperan penting dalam melakukan pertolongan pertama saat terjadi cedera *ankle sprain* khususnya pada saat latihan karena keterbatasan tim kesehatan. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Keterampilan Anggota Ekstrakurikuler Sepak Bola Dalam Melakukan Pertolongan Pertama Cedera *Ankle Sprain* di Kota Blitar”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang penulis merumuskan masalah penelitian “Bagaimana keterampilan anggota ekstrakurikuler sepak bola dalam melakukan penanganan pertama cedera *ankle sprain* pada anggota ekstrakurikuler sepak bola di Kota Blitar?”

C. Tujuan Penelitian

Mengidentifikasi keterampilan anggota ekstrakurikuler sepak bola dalam melakukan penanganan pertama cedera *ankle sprain* pada anggota ekstrakurikuler sepak bola di Kota Blitar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi, ilmu pengetahuan dan pengalaman tentang keterampilan anggota ekstrakurikuler sepak bola dalam memberikan pertolongan pertama pada cedera *ankle sprain* yang bisa dijadikan referensi dalam penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan layanan kesehatan khususnya cabang olahraga sepak bola di tingkat SMA untuk meningkatkan kemampuan dalam memberikan pertolongan pertama cedera *ankle sprain*.

b. Bagi Anggota Ektrakurikuler

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan keterampilan bagi anggota ekstrakurikuler sepak bola di kota Blitar dalam memberikan pertolongan pertama pada cedera *ankle sprain*.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi peneliti tentang keterampilan anggota ekstrakurikuler sepak bola dalam memberikan pertolongan pertama cedera *ankle sprain* di kota Blitar