

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang penting untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh, namun setiap bentuk olahraga memiliki risiko terjadinya cedera (Hadi & Sari, 2023). Cedera olahraga adalah kerusakan yang terjadi pada sistem integumen, otot, dan tulang rangka akibat kesalahan dalam metode latihan, kelemahan otot, maupun penopang sendi (Wiryansyah & Janah, 2025). Cedera dapat muncul secara mendadak atau berkembang bertahap jika terjadi tekanan berulang dalam jangka panjang (Hadi & Sari, 2023).

Dalam dunia olahraga, sepak bola merupakan salah satu cabang yang memiliki tingkat cedera tinggi. Minat masyarakat terhadap sepak bola juga terus meningkat sebesar 54% pada pria dan 31% pada wanita (Khapi et al., 2025). Tidak hanya pada orang dewasa, minat anak terhadap sepak bola juga tergolong tinggi yaitu 72,14% (Muhammadiyah et al., 2020). Sepak bola sering menjadi pilihan utama dalam kegiatan olahraga anak, baik di lingkungan sekolah, komunitas, maupun klub usia dini, sehingga mendorong tingginya partisipasi anak dalam aktivitas latihan dan pertandingan (Supriyanto A, 2023).

Seiring tingginya minat tersebut, angka cedera pada pemain sepak bola ikut meningkat. Di Indonesia terdapat 67,9% kejadian cedera pada anggota tubuh bagian bawah dan di Jawa timur terdapat 68,1% kasus cedera

(RISKESDAS, 2018). Kejadian cedera olahraga pada anak adalah sekitar 3 % pertahun, tetapi cedera yang serius hanyalah sebesar 0,69 % pertahun, 30 % cedera terjadi ketika latihan dan 35 % saat kompetisi . Jenis cedera yang umum dialami pemain sepak bola meliputi sprain, strain, dislokasi, dan memar, yang disertai tanda peradangan seperti kemerahan (*rubor*), bengkak (*tumor*), hangat (*kalor*), nyeri (*dolor*), dan penurunan fungsi (Harmianto et al., 2024).

Cedera khususnya pada kaki, dapat menurunkan performa pemain dan menghambat aktivitas latihan maupun pertandingan. Jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat, cedera dapat berkembang menjadi masalah kronis seperti peradangan berulang atau kelemahan otot (Hanief et al., 2024). Oleh karena itu, penanganan pertama (*first aid*) sangat diperlukan untuk mencegah keparahan cedera. Metode pertolongan pertama yang digunakan adalah RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*), yang diberikan dalam 0–24 jam pertama untuk mengurangi pembengkakan dan mempercepat proses pemulihan (Harmianto et al., 2024). Pengetahuan mengenai metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*) ini sangat penting bagi pihak yang berhubungan langsung dengan pemain.

Peran orang tua dan pelatih itu sangat penting dalam mendukung anak pada saat latihan maupun pertandingan (Supriyanto A, 2023). Pengetahuan pelatih dan orang tua mengenai cedera olahraga dapat menjadi antisipasi kejadian cedera, sehingga ketika terjadi cedera dapat memberikan pertolongan pertama dengan cepat, tepat dan dapat mencegah terjadinya cedera yang lebih fatal (Nurwahidah & Dewangga, 2023a). Menurut penelitian sebelumnya

(Hanief et al., 2024) menunjukkan bahwa banyak pelatih berlisensi pun masih memiliki pengetahuan yang kurang memadai terkait pertolongan pertama pada cedera kaki di sepak bola. Dalam penelitian tersebut pelatih kurang memahami tentang cedera, penyebab cedera dan tatalaksana cedera sehingga menyebabkan penanganan yang salah dan mengakibatkan cedera menjadi lebih parah. Penelitian tersebut menunjukkan perlunya peningkatan edukasi bagi pelatih maupun orang tua.

Peran pelatih dan orang tua sangat penting dalam menangani cedera yang terjadi di lapangan. Hasil wawancara dengan seorang pelatih sepak bola Angkasa Kaweron menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pertolongan pertama masih dilakukan secara spontan. Dalam satu hari pertandingan dapat terjadi 2–4 cedera, dan penanganannya sering dilakukan secara spontan tanpa mengikuti prosedur medis yang benar, seperti memijat area yang cedera atau membiarkan pemain kembali bermain setelah nyeri mereda.

Kondisi ini menunjukkan rendahnya pengetahuan pelatih dalam mengenali tanda cedera dan melakukan penanganan yang tepat, sehingga dapat meningkatkan risiko cedera yang lebih parah. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk menggambarkan pengetahuan orang tua dan pelatih sepak bola Angkasa Kaweron tentang pertolongan pertama cedera olahraga pada pemain sepak bola.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Pengetahuan orang tua dan pelatih Klub Sepak Bola Angkasa Kaweron tentang pertolongan pertama cedera olahraga pada pemain sepak bola?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengetahuan orang tua dan pelatih Klub Sepak Bola Angkasa Kaweron tentang pertolongan pertama cedera olahraga.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara teoritis

- a. Sebagai pembelajaran bagi orang tua dan pelatih Klub Sepak Bola Angkasa Kaweron terkait penanganan awal cedera olah raga.
- b. Sebagai wadah untuk peneliti menambah ilmu pengetahuan tentang mekanisme pertolongan pertama pada cedera olahraga.

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi Klub Sepak Bola Angkasa Kaweron

Menjadi dasar klub untuk menyusun program pelatihan penanganan pertolongan pertama bagi orang tua maupun pelatih untuk meningkatkan kualitas pembinaan dengan memperhatikan keamanan atlet dan dapat menjadi evaluasi bagi klub untuk melihat kebutuhan edukasi terkait penanganan cedera olahraga.

- b. Bagi Pelatih

Memberikan pemahaman dan meningkatkan kemampuan pelatih yang lebih baik tentang penanganan awal cedera olahraga

untuk menurunkan risiko cedera yang lebih parah karena penanganan yang tidak tepat.

c. Bagi Orang Tua

Memberikan pengetahuan tentang langkah-langkah penanganan awal saat anak mengalami cedera olahraga dan membantu orang tua ikut berperan aktif dalam proses pemulihan dan pencegahan cedera lebih lanjut pada anak.