

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ground training pada kegiatan latihan prajurit Para Raider merupakan serangkaian kegiatan dalam rangka mempersiapkan fisik guna mendukung latihan terjun penyegaran statik (Raider 433, 2018). Kegiatan *ground training* meliputi pemanasan fisik yaitu lari-lari dilanjutkan penguatan kaki, mulai berjalan jongkok, jalan dengan pisau kaki luar dan dalam kemudian tumit dan kaki jinjit terus menggendong kawan, setelah pemanasan selesai maka dilanjutkan dengan penyiapan penerjun, teknik exit keluar pesawat, teknik mengatasi kesulitan seperti payung kuncup, tarik payung cadangan serta teknik mendarat. Pelaksanaan *ground training* di laksanakan selama 3 hari, hal ini merupakan salah satu dari tahapan yang wajib dilakukan oleh setiap para penerjun yang sudah memiliki kualifikasi Para, personil yang akan melaksanakan terjun baik *freefall* maupun terjun static yang melaksanakan terjun penyegaran. Tujuan dilakukan latihan *ground training* ini adalah melatih dan mengingatkan kembali tahapan dalam proses penerjunan, serta memperkuat bagian-bagian tubuh serta meminimalisir terjadinya cedera saat proses exit pesawat hingga proses mendarat sehingga terciptanya *zero accident* (Raider 433, 2018).

Data dari Devisi 2 KOSTRAD angka cedera akibat latihan terjun yang di alami oleh prajurit Para Raider sebesar 34% dari 2580

personil, yang terbagi atas 5 % cedera dari satuan Brigif Para Raider 18, 12% dari Bataliyon Yonif Para Raider 503, 9% dari Bataliyon Yonif Para Raider 502 dan 8% dari Bataliyon Yonif Para Raider 501 (Kantor Staff Divisi 2 KOSTRAD, 2018). Berdasarkan data yang diperoleh dari pasi ops Para Raider 18, prajurit yang mengalami cedera saat melakukan latihan terjun dari 200 personil terdapat 29 prajurit yang mengalami cedera. Cedera yang dialami prajurit sebagian besar terjadi cedera pada kaki saat proses mendarat (Kantor Ops Brigif Para Raider 18,2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 6 Agustus 2019 pada prajurit Para Raider 18 Malang dengan wawancara pada 15 prajurit, didapatkan hasil 11 prajurit belum memahami secara spesifik tentang latihan *ground training* karena baru mengikuti latihan, sedangkan 4 prajurit memahami tentang latihan *ground training* karena sering mengikuti latihan.

Kegiatan *ground training* akan terus dilaksanakan hingga hari pelaksanaan terjun penyegaran, adapun materi yang dilatihkan pada saat *ground training* meliputi pelaksanaan senam pemanasan, cara penyipan penerjun, teknik exit keluar pesawat, teknik mengatasi kesulitan dan teknik mendarat (Kostrad, 2018). Kegiatan *ground training* juga bertujuan untuk melatih penguatan kaki yang berguna sebagai tumpuan utama pada saat mendarat, teknik pelipatan dan latihan prosedur penerjuan. Kegiatan *ground training* dilakukan untuk meminimalisir terjadinya cedera saat proses exit pesawat hingga

proses mendarat. Cedera yang dialami prajurit Para Raider pada umumnya terjadi pada saat mendarat sehingga kaki yang merupakan tumpuan utama saat mendarat harus benar-benar terlatih untuk mengurangi resiko terjadinya cedera (Raider 433, 2018).

Dalam hal ini prajurit kesehatan mempunyai peran untuk kesiapan penanganan cedera pada prajurit yang berpotensi mengalami cedera. Sehingga setiap prajurit kesehatan yang sudah terlatih haruslah memiliki kemampuan yang baik agar dapat menangani cedera dengan cepat dan tepat, sehingga penyembuhan cedera akan lebih cepat jika tertangani dengan baik oleh prajurit yang berkompeten pada bidang kesehatan (Kostrad, 2017). Upaya untuk mengurangi cedera pada saat terjun adalah mengikuti latihan *ground training* dengan baik dan selalu memperhatikan arahan yang diberikan oleh pelatih dan melakukan pendaratan sesuai dengan arahan yang diberikan pelatih.

Berdasarkan hal tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul "Gambaran kemampuan *ground training* pada prajurit Para Raider 18 untuk mengurangi resiko cedera penerjunan di Brigif Para Raider 18 Malang"

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kemampuan *ground training* pada prajurit Para Raider 18 untuk mengurangi resiko cedera penerjunan di Brigif Para Raider 18 Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui bagaimana gambaran kemampuan *ground training* pada prajurit Para Raider 18 untuk mengurangi resiko cedera penerjunan di Brigif Para Raider 18 Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat dijadikan sebagai sumber ilmu serta menambah informasi dan hasanah pengetahuan tentang gambaran kemampuan *ground training* pada prajurit Para Raider dalam menghadapi penerjun untuk mengurangi resiko cedera

1.4.2 Manfaat Praktis

1 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sumber kepustakaan atau referensi dalam rangka membantu pengembangan pendidikan di bidang kesehatan untuk mengatasi masalah cedera pada prajurit yang sedang melakukan kegiatan terjun.

2 Bagi Satuan Brigif Para Raider 18

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai motivasi dan acuan bagi prajurit untuk mempertahankan dalam melakukan latihan *ground training* dengan benar sehingga dapat mengurangi resiko cedera

3 Bagi Prajurit

Memotivasi prajurit khususnya prajurit Para Raider untuk selalu berlatih *ground training* dengan sungguh-sungguh agar mampu menerapkannya sehingga prajurit terhindar dari cedera fisik saat latihan terjun.

