

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Olahraga sepakbola di Indonesia digemari oleh berbagai usia mulai dari usia anak-anak, dewasa, dan orang tua. Sejak usia dini, sudah banyak anak-anak yang ikut berlatih sepakbola di sekolah sepakbola (SSB) maupun di academy sepakbola untuk menyalurkan bakat. Latihan yang diberikan pada sekolah sepakbola maupun academy sepakbola yaitu seluruh tehnik dasar sepakbola seperti berlari, mengoper, menggiring, dan menembak bola. Dalam melaksanakan latihan maupun pertandingan tidak jarang anak usia dini mengalami kendala yaitu cedera yang bisa menurunkan performa dan semangat untuk berlatih sepakbola.

Cedera olahraga adalah segala macam cedera yang timbul, baik pada waktu latihan, berolahraga, pertandingan olahraga maupun sesudahnya (Whidhiyanti, 2018). Pada usia dini cedera dapat diakibatkan oleh beberapa hal, seperti pemberian latihan fisik, kurangnya pemanasan, kelelahan, benturan, salah tumpuan ketika terjatuh, dan kondisi permukaan lapangan. Jenis cedera yang biasa terjadi dalam sepakbola yaitu memar, luka/ lecet (abrasi), heatstroke, benturan, kram otot, strain, sprain, dislokasi sampai fraktur.

Menurut penelitian Emrah Atay (2014) tentang angka kejadian cedera yang dialami atlet sepakbola usia dini yang paling tinggi yaitu engkel (21%) dan cedera lutut (11,8%). Prevalensi di Indonesia menurut (Riskesdas,2018) sebesar 9,2% dengan cedera bagian bawah 67,9%.

Hasil penelitian dari Ida Bagus Sukma (2019) diketahui sebagai besar pemain SSB Usia 7-12 tahun di Yogyakarta pernah mengalami cedera pada engkel sebesar 46,9 %. Jenis cedera atlet SSB Usia 7-12 tahun di Yogyakarta yang sering dialami sebagian besar adalah terkilir sendi (sprain) sebanyak 55,1 %. Provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi jenis cedera terkilir atau sprain ankle yaitu 30,5% (Risesdas, 2018).

Sebagaimana hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan atlet terkait cedera seperti *ankle*, sebagian besar 53,3% masuk dalam kategori kurang sedangkan sisanya 46,7% masuk dalam kategori sedang, sehingga tak satupun masuk dalam kategori baik (Rahmah Laksmi Ambardini, 2016). Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa sepakbola Kelompok Umur 14 tahun di Arema FC Academy sejumlah 35 siswa, telah diambil sample 5 siswa yang mengatakan bahwa ketika mengalami cedera *ankle sprain*, mereka hanya berharap pertolongan pelatih karena mereka tidak mengerti bagaimana cara mengobati *ankle sprain* sesuai prosedur dan penanganan yang benar.

Cedera *ankle sprain* dapat terjadi karena terkilir secara tiba-tiba ke arah lateral atau medial yang berakibat robeknya serabut ligamen pada sendi pergelangan kaki. Selain itu, dipengaruhi karena adanya tekanan gerakan, kontak fisik, dan kontak non fisik diantara pemain (Sumartiningsih, 2012). Siswa sepakbola kelompok usia 14 tahun sangat rentan mengalami cedera *ankle sprain*, beberapa faktor penyebabnya yaitu kurangnya pemanasan, lapangan sepakbola yang keras tidak rata

dan berlubang, benturan, terjatuh dan salah tumpuan. Cedera *ankle sprain* berdampak pada gangguan fisik, mental dan kinerja. Gangguan gerakan umum dikaitkan dengan rasa sakit dan hilangnya fungsi, sehingga setiap orang terhambat dalam aktifitas bersekolah atau berlatih selama lebih dari tujuh hari. Cedera olahraga membuat atlet tidak bisa melakukan aktivitas latihan selama 2 sampai 3 minggu, sehingga atlet tersebut akan terhambat dalam pencapaian prestasi (Setiawan, 2011).

Berdasarkan permasalahan di atas maka sangat perlu adanya pemberian pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa terhadap penanganann cedera *ankle sprain*. Siswa juga dapat melakukan upaya pencegahan secara mandiri dengan cara penyiapan diri yang baik antara lain, pemanasan menyeluruh seluruh tubuh sebelum memulai latihan, penyiapan perlengkapan pribadi sebelum latihan, kondisi lapangan sebaiknya dalam keadaan baik tidak ada lubang dan tanah yang rata, pendinginan setelah melaksanakan latihan, dan pengetahuan tentang ankle sprain. Berdasarkan kajian masalah di atas maka sangat beralasan untuk melakukan penelitian tentang seberapa besar pengetahuan atlet tentang cedera *ankle sprain*, maka peneliti ingin meneliti lebih dalam lagi tentang “Gambaran Pengetahuan Cedera Ankle Sprain Pada Siswa Sepakbola Kelompok Umur 14 Tahun Di Arema FC Academy Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Pengetahuan Siswa Sepakbola Kelompok Umur 14 Tahun tentang Cedera *Ankle Sprain* Di Arema FC Academy Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Cedera *Ankle Sprain* Pada Siswa Sepakbola Kelompok Umur 14 Tahun Di Arema FC Academy Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan, referensi dan data dasar dalam penelitian selanjutnya terkait dengan tingkat pengetahuan cedera *ankle* serta metode terapi latihan

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran tentang keadaan tingkat pengetahuan atlet tentang cedera *ankle* dan metode terapi latihan, sehingga informasi tersebut dapat digunakan untuk pertimbangan dan bahan evaluasi perlukah seorang fisioterapis dalam setiap latihan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau referensi tambahan dalam pembelajaran kesehatan masyarakat khususnya perlunya pemahaman akan cedera.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan rujukan dalam perkembangan keilmuan