

Gambaran Pengetahuan Mengenai Cedera Engkel Pada Atlet Futsal Putra UASB Universitas Negeri Malang

Pandu Alif Wicaksono, Sapto Adi*, Supriyadi, Ahmad Abdullah

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: sapto.adi.fik@um.ac.id

Paper received: 7-11-2022; revised: 24-11-2022; accepted: 28-11-2022

Abstract

Futsal is a sport that is prone to injury because it has a high degree of determination and is a physical contact sport. Ankle injuries are injuries that are often found in futsal. Knowledge is the result of "knowing" and occurs when a person has felt through the senses possessed by an object. One of the important components that must be owned by athletes or athletes is knowledge about injuries. This study aims to determine the level of knowledge about ankle injuries in futsal athletes. This type of research is qualitative and uses an instrument in the form of a questionnaire via google form so as to obtain both primary and secondary data. The results showed that the level of knowledge about ankle injuries in futsal athletes was in the good category.

Keywords: knowledge; ankle injury; futsal

Abstrak

Olahraga futsal ialah salah satu olahraga yang rentan terhadap cedera dikarenakan olahraga futsal mempunyai determinasi tinggi dan merupakan olahraga kontak fisik. Cedera engkel ialah cedera yang sering dijumpai pada olahraga futsal. Pengetahuan merupakan hasil "mengetahui" dan terjadi ketika seseorang telah merasakan melalui indera yang dimiliki pada suatu objek. Salah satu komponen penting yang harus dimiliki oleh olahragawan atau atlet yaitu pengetahuan mengenai cedera. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan mengenai cedera engkel pada atlet futsal. Jenis penelitian ini ialah deskriptif kualitatif menggunakan instrumen berupa kuesioner melalui *google form* sehingga memperoleh data primer dan data sekunder. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mengenai cedera engkel pada atlet futsal berada pada kategori baik.

Kata kunci: pengetahuan; cedera engkel; futsal

1. Pendahuluan

Pengetahuan ialah sesuatu yang ada dalam pikiran seseorang yang didapatkan dari lingkungan dan alam sekitarnya. Pengetahuan menurut (Notoatmodjo, 2012) yang dikutip dalam (Retnaningsih, 2016) ialah hasil "mengetahui" yang terjadi setelah seseorang mengamati suatu objek melalui indra penglihatan, penciuman, pendengaran, perasa dan raba. Penglihatan dan pendengaran manusia merupakan sebagian besar sumber untuk memperoleh pengetahuan. Selain itu, pengetahuan adalah area penting sebagai terbentuknya perilaku seseorang (*overt behavior*). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan yang mendasari perilaku akan berjangka waktu lama dari pada perilaku non pengetahuan (Retnaningsih, 2016). Menurut (Wawan dan Dewi, 2010) dalam (Siti & Rahil, 2019) Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh faktor internal meliputi usia dan gender serta faktor eksternal meliputi pendidikan, pengalaman, sumber informasi, lingkungan, sosial dan budaya. Pengetahuan merupakan suatu keterampilan yang seharusnya dikuasai oleh semua orang, salah satunya bagi atlet atau olahragawan. Keterampilan yang harus dimiliki ialah pengetahuan mengenai cedera (Simatupang, 2016).

Risiko cedera menjadi kasus yang sering ditemui pada kegiatan olahraga (Komaini, 2012). Cedera adalah hasil dari penerapan kekuatan yang berlebihan pada tubuh yang mengakibatkan bagian tubuh tidak dapat menahan atau beradaptasi. Suatu kerusakan pada struktur fungsi tubuh yang disebabkan oleh suatu paksaan seperti tekanan fisik disebut sebagai cedera atau *injury* (Triyani & Ramdani, 2020). Cedera yang dialami bisa mengakibatkan penurunan performa atau prestasi seorang pemain, trauma, tekanan psikologis, penurunan fisik bahkan cacat permanen hingga kematian (Fadhli & Afik, 2020). Gangguan fungsi gerak pada anggota tubuh merupakan salah satu akibat yang disebabkan oleh cedera. Cedera dapat mengakibatkan kecacatan hingga luka pada otot serta sendi juga pada bagian tubuh yang lain (Supriyadi & Supriyono, 2017). Menurut Gledhill, Forsdyke & Murray (2018) dalam (Nirmalasari et al., 2020) cedera berdampak pada psikososial sehingga dapat mempengaruhi olahraga selanjutnya. Cedera pada umumnya terjadi pada olahraga kontak fisik (*body contact*) maupun mobilitas yang tinggi seperti beladiri, sepak bola, bola basket dan futsal (Wulandini et al., 2019). Menurut Fousekis, Tsepis, & Vagenas (2012) dalam (Sanusi, 2019) mayoritas cedera yang terjadi dalam futsal atau sepak bola (68%-88%) terjadi pada *lower* ekstremitas yang sebagian besar pada paha dan engkel, Cedera engkel menyumbang hampir 14%-17% dalam aktivitas olahraga sepakbola dan futsal. Cedera engkel ialah cedera yang sering dialami oleh olahragawan saat berlatih atau bertanding. Cedera engkel merupakan cedera yang terjadi pada bagian pergelangan kaki yang terjadi karena ikatan ligamen, yaitu urat yang menghubungkan tulang mengalami peregangan secara berlebih dan terjadi cukup keras sehingga membuat ligamen terkilir (Sanusi, 2019). *Ankle sprain* ialah cedera pada pergelangan kaki yang sering dialami oleh atlet pada saat berlatih maupun bertanding (Wiharja & Nilawati, 2017).

Olahraga futsal ialah salah satu cabang olahraga variasi dari permainan sepak bola, yang mana sangat diminati beberapa masyarakat di Indonesia. Dilihat dari peningkatan jumlah lapangan futsal yang telah dan akan dibangun, pemanfaatan lahan-lahan kosong dan peminat olahraga futsal dari tahun ke tahun (Aszahro, 2017). Olahraga futsal ialah salah satu olahraga yang rentan terhadap cedera dikarenakan olahraga futsal mempunyai determinasi yang cukup tinggi (Fadhli & Afik, 2020). Cedera engkel ialah salah satu cedera yang sering terjadi (Jason Yohanes, 2020). Setelah dilakukannya studi pendahuluan peneliti tertarik untuk mengetahui hasil dari “Gambaran Pengetahuan Mengenai Cedera Engkel Pada Atlet Futsal Putra UASB Universitas Negeri Malang”.

2. Metode

Penelitian ini ialah penelitian deskriptif, menurut Nazir (2014) dalam (Utami et al., 2021) penelitian deskriptif ialah penelitian yang meneliti sekelompok manusia, objek, kondisi, yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, dan akurat mengenai fakta yang diteliti. Metode pada penelitian ini ialah survei dengan alat bantu berupa kuesioner atau angket. Menurut Arikunto (2002) dalam (Hapsari & Kurniawan, 2014) kuesioner atau angket ialah beberapa pernyataan atau pertanyaan yang disebarkan melalui *google form* yang berguna untuk memperoleh suatu jawaban yang telah disediakan atau memperoleh jawaban lainnya.

Data primer didapatkan dari beberapa pertanyaan dalam lembar kuesioner yaitu mengenai pengetahuan cedera engkel. Data sekunder didapatkan dari data yang ada pada UASB UM. Analisis univariat digunakan dalam menganalisis data pada penelitian ini. Analisis univariat ialah suatu analisis yang menjelaskan secara detail mengenai karakteristik pada

tiap-tiap variabel (Irmawantini & Nurhaedah, 2017). Dilakukannya analisis univariat bertujuan untuk melihat gambaran pada tiap variabel responden.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

UKM UASB Universitas Negeri Malang ialah sasaran tempat dilakukannya penelitian yang dimulai pada bulan April hingga Mei 2022 dengan total responden berjumlah 23 responden dengan karakteristik umur.

3.1.1. Analisis Univariat

3.1.1.1. Karakteristik Umur

Rentang umur atlet dalam penelitian yaitu 18-24 tahun. Berikut merupakan tabel responden berdasarkan umur.

Tabel 1. Umur Responden

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
18 tahun – 20 tahun	12	52,17
21 tahun – 24 tahun	11	47,83
Total	23	100%

Berdasarkan hasil analisis menurut karakteristik usia pada atlet futsal putra UASB UM sebagian besar yaitu berada di umur 18-20 tahun yaitu sebanyak 12 responden (52,17%). Sedangkan pada rentang umur 21-24 tahun sebanyak 11 responden (47,83 %).

3.1.2. Tingkat Pengetahuan Mengenai Cedera Engkel

Tingkat pengetahuan atlet futsal putra UASB UM dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Responden

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik Sekali	7	30,40
Baik	15	65,20
Cukup	1	4,40
Total	23	100 %

Berdasarkan hasil analisis di atas maka dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada kategori baik sekali dengan jumlah responden 7 (30,40 %), kategori baik berjumlah 15 (65,20 %) dan pada kategori cukup berjumlah 1 responden (4,40 %).

3.2. Pembahasan

Pengetahuan merupakan landasan yang penting bagi seseorang, guna melakukan atau mengambil tindakan selanjutnya. Notoatmodjo mengemukakan bahwa pengetahuan ialah hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2012). Sedangkan faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan adalah pengalaman, pendidikan, umur, sosial ekonomi, budaya dan sumber informasi.

Menurut Wulandini (2019) dalam (Nasri & Ari Septi Mei, 2021) yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai cedera engkel diantaranya ada faktor usia, pendidikan, serta sumber informasi. Tobing (2019) dalam (Ibrahim et al., 2021) informasi ialah salah satu organ pembentuk pengetahuan, semakin banyak informasi yang diterima seseorang maka semakin baik pula pengetahuannya begitupun sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada atlet futsal putra UASB UM pada bulan April hingga Mei 2022 dengan total responden berjumlah 23 atlet, diperoleh data bahwa sebagian besar dari keseluruhan jumlah atlet yaitu 7 atlet (30,40%) kategori baik sekali, 15 atlet (65,20%) kategori baik dan kategori cukup yaitu 1 atlet (4,40%). Dengan pencapaian hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil akhir dari tingkat pengetahuan mengenai cedera engkel yang dimiliki adalah “kategori baik”.

Mayoritas responden berada di usia 18-20 tahun sebanyak 12 responden (52,17%). (Sudijandoko, 2010) mengemukakan bahwa faktor umur sangat menentukan penyebab terjadinya cedera karena mempengaruhi kekuatan dan kekenyalan jaringan tubuh. Semakin bertambahnya usia pada seseorang maka kekenyalan pada jaringan tubuh relatif menurun. Seiring bertambahnya usia maka akan berkembang daya tangkap dan pola pikir sebagai akibatnya pengetahuan yang dihasilkan akan lebih baik (Simatupang, 2016).

Setelah dilakukannya studi pendahuluan didapatkan responden dalam kategori baik karena sebagian responden mencari tahu secara mandiri mengenai cedera engkel. Hal ini dapat membuat beberapa tingkat pengetahuan responden berada dalam kategori baik. Perbedaan tingkat pengetahuan atlet dapat dilihat dari lingkungan, latar belakang penerimaan informasi, dan kemajuan suatu teknologi (Afandi et al., 2019). kemajuan teknologi menyediakan berbagai macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru (Wulandini et al., 2019).

Pengetahuan mengenai cedera engkel pada atlet berguna sebagai tindakan pencegahan cedera atau tindakan preventif, Pengetahuan tersebut dapat meminimalisir hingga mencegah terjadinya cedera ketika latihan atau ketika bertanding (Nasri & Ari Septi Mei, 2021). Mengambil keputusan suatu masalah secara objektif dan kemampuan berpikir juga melibatkan pengetahuan. (Notoatmodjo, 2007) mengemukakan bahwa pengetahuan mempunyai beberapa tingkatan diantaranya tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.

4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil dari analisis data, deskripsi hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan atlet futsal putra UASB UM mengenai cedera engkel dengan jumlah total 23 responden berada dalam kategori baik dengan diperoleh data yaitu 7 responden (30,40%) dengan kategori baik sekali, 15 responden (65,20%) dengan kategori baik, dan 1 responden (4,40%) dengan kategori cukup.

Diharapkan berguna sebagai bahan masukan untuk UKM UASB khususnya seluruh atlet futsal UASB UM mengenai pengetahuan cedera engkel. Serta data yang diperoleh dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai data dasar mengkaji lebih mendalam mengenai pengetahuan cedera engkel dan dapat membagi tiap aspek kisi-kisi kuesioner mengenai penilaian.

Daftar Rujukan

- Afandi, Iqbal, & Alnedral. (2019). Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Pentingnya Pemanasan Dan Pendinginan Pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Tunas Harapan Kecamatan Lubuk Basung Kabupaten Agam. *Jurnal Patriot*.
- Aszahro, S. F. (2017). Status daya tahan, kekuatan otot tungkai dan kecepatan pemain futsal putri SMA Negeri 1 Sewon dan SMK Negeri 3 Yogyakarta. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*.
- Fadhli, K. N., & Afik, A. (2020). Pengetahuan Kesiapan Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Negeri Yogyakarta Dalam Menghadapi Cedera Olahraga. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Undergraduate Conference, 2020*, 259–263.
- Hapsari, D. F. P., & Kurniawan, A. (2014). Hubungan Antara Diet Bebas Gluten Dan Kasein Dengan Perilaku Hiperaktif Anak Autis. *Jurnal Ortopedagogia*, 1(2), 101–105.
- Ibrahim, Sri, A., & Meysin, A. (2021). Tingkat Pengetahuan Anggota Palang Merah Remaja (PMR) Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera. *Jambura Nursing Journal*.
- Irmawantini, & Nurhaedah. (2017). *METODOLOGI PENELITIAN*.
- Jason Yohanes, A. Z. (2020). HUBUNGAN EDUKASI KESEHATAN TENTANG CEDERA ANKLE DAN TERAPI LATIHANNYA TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWA KEDOKTERAN PEMAIN FUTSAL. *Journal of Medicine*.
- Komaini, A. (2012). Usaha Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera dalam Cabang Olahraga Sepakbola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Dan Pendidikan Jasmani*, 18(23), 1–126.
- Nasri, & Ari Septi Mei, L. (2021). Pengetahuan Siswa Ekstrakurikuler SMA Sederajat Kota Surakarta Tentang Pencegahan, Perawatan, Dan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga. *Jurnal Menssana*.
- Nirmalasari, N., Nofiyanto, M., & Hidayati, R. W. (2020). Studi Demografi: Riwayat Kejadian Cedera dan Penanganan Pertama Cedera Olah Raga di Unit Kegiatan Mahasiswa. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(2), 38–44. <https://doi.org/10.31101/jhes.1018>
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Retnaningsih, R. (2016). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG ALAT PELINDUNG TELINGA DENGAN PENGGUNAANNYA PADA PEKERJA DI PT. X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 44(4), 774–785. <https://doi.org/10.1080/03075079.2017.1401060>
- Sanusi, R. (2019). Pemahaman Pelatih Futsal Terhadap Penanganan Cedera Engkel. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 96. <https://doi.org/10.31571/jpo.v8i2.1214>
- Simatupang, N. (2016). Pengetahuan Cedera Olahraga pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan*.
- Siti, F., & Rahil, N. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Cidera Muskuloskeletal Pada Pemain Futsal. *Jurnal Keperawatan BSI*.
- Sudijandoko, A. (2010). *Pembelajaran Pendidikan Yang Efektif dan Brkualitas*.
- Supriyadi, H., & Supriyono. (2017). Analisis Cedera Olahraga Dalam Aktivitas Pendidikan Jasmani Pada Siswa SMA Negeri 1 Nalumsari. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*.
- Triyani, E., & Ramdani, M. L. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Dengan Metode Prices Pada Anggota Futsal. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Utami, D. P., Melliani, D., Maolana, F. N., Marliyanti, F., & Hidayat, A. (2021). IKLIM ORGANISASI KELURAHAN DALAM PERSPEKTIF EKOLOGI. *Jurnal Inovasi Penelitian*.
- Wiharja, A., & Nilawati, S. (2017). *TERAPI LATIHAN FISIK SEBAGAI TATALAKSANA CEDERA SPRAIN PERGELANGAN KAKI BERULANG : LAPORAN KASUS*. 13, 106–117.
- Wulandini, P., Fitri, A., & Sari, T. K. (2019). PENGETAHUAN SISWA/I TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN SAAT BEROLAHRAGA DI SMA OLAHRAGA RUMBAI PEKANBARU PROVINSI RIAU 2019. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*.