

## **IDENTIFIKASI KASUS-KASUS CEDERA PADA PASIEN PUTRI YANG MENDAPAT PENANGANAN TERAPI MASASE DI PHYSICAL THERAPY CLINIC**

### ***IDENTIFICATION FOR THE INJURY CASES ON FEMALE PATIENTS GETTING THE MASSAGE THERAPY TREATMENT AT PHYSICAL THERAPY CLINIC***

Oleh: Shanty Dwi Agustine. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.  
seikyou08@gmail.com

#### **Abstrak**

Orang yang mengalami cedera harus segera mendapatkan penanganan agar cedera yang dialami tidak bertambah parah dan mengganggu aktivitas. Masase dapat menjadi salah satu cara untuk mengatasi cedera, yaitu dengan mengembalikan dan menyusun ulang jaringan-jaringan yang rusak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui di kelompok umur berapa cedera sering terjadi dan seberapa besar persentase cedera yang paling sering dialami oleh pasien putri yang datang ke *Physical Therapy Clinic* (PTC). Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien PTC. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* yaitu hanya mengambil sampel yang berjenis kelamin perempuan tahun 2013 dengan jumlah sampel sebanyak 1554 orang. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian diperoleh hasil yaitu persentase terbanyak adalah cedera bahu sebesar 29,4%, diikuti cedera panggul sebesar 25,0%, cedera lutut sebesar 12,3%, cedera engkel sebesar 11,9%, cedera pinggang sebesar 6,1%, cedera pergelangan tangan sebesar 5,4%, cedera leher sebesar 4,9%, cedera siku sebesar 2,9%, cedera jari tangan 1,5% dan cedera jari kaki sebesar 0,7%. Dapat disimpulkan persentase cedera yang paling sering dialami oleh pasien putri adalah cedera bahu dan paling banyak terjadi pada wanita usia 36-55 tahun sebesar 15,5%.

Kata kunci : Cedera, penanganan terapi masase, pasien putri

#### **Abstract**

*Injured people should get the treatment immediately so that injuries will not get worse and it will not interfere with the activity. Massage can be a way to overcome the injury, by recovering and rearranging the damaged organs. This study has an objective in determining at what age groups of the common injuries are and how much the percentage of injuries are most commonly experienced by the female patients that visit Physical Therapy Clinic at Yogyakarta State University (UNY). This study was a descriptive survey method. The population in this study was the female patients at Physical Therapy Clinic FIK UNY. The sampling technique was done by using purposive sampling technique as there were female patients that were taken as the sample with a total sample of 1554 people. The analysis of the data in this study employed descriptive quantitative analysis with the percentage. The research result are obtained as follows, the highest percentage is the shoulder injury at 29.4%, followed by the pelvic injuries at 25%, the knee injuries at 12.3%, the ankle injury at 11.9%, the hip injury at 6.1%, the wrist injuries at 5.4%, the neck injury at 4.9%, the elbow injury at 2.9%, the finger injury at .., and the toe injury by 0.7%. It can be concluded that the most often injuries experience by the female patients are the shoulder injuries and it occurs the most in women aged 36-55 years with the percentage at 15.5%.*

*Keywords: injury, massage therapy treatment, the female patients*

## PENDAHULUAN

Cedera saat ini bisa terjadi pada siapa saja, baik karena aktivitas olahraga maupun karena aktivitas sehari-hari. Berkeley (2011: 2) menyebutkan bahwa perempuan enam kali lebih berisiko mengalami cedera daripada pria karena memiliki struktur anatomi yang lebih lemah terutama karena saat ini perempuan memiliki peran ganda dalam kehidupan yaitu sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir. Dampak yang muncul yaitu terganggunya aktivitas fisik, psikis, bahkan prestasi (Sri, 2012: 54). Tindakan medis seperti suntik dan fisioterapi adalah pilihan yang sering dipilih. Disaat keduanya dirasa tidak mampu mengatasi keluhan yang timbul, maka pilihan terakhir yang dipilih oleh masyarakat karena dianggap lebih terjangkau adalah pijat atau masase.

Masase memiliki peran yang penting dalam proses untuk mengembalikan dan menyusun ulang jaringan-jaringan yang rusak (Brad, 2005: 61). Konsep dasar dari masase adalah mengendurkan otot-otot yang tegang, inilah mengapa setelah dilakukan masase badan menjadi lebih nyaman.

Survei yang dilakukan oleh *National Health Interview Survey* (NHIS) tahun 2007, dikutip oleh Nanda (2010: 1), menyebutkan bahwa di Amerika Serikat pengobatan alternatif lebih dipilih oleh masyarakat yaitu hampir 40% pada orang dewasa dan 12% pada anak-anak menggunakan *Complementary and Alternative Medicine* (CAM). Sudut pandang medis menilai bahwa terapi masase mempunyai fungsi sebagai pencegahan, peningkatan, dan penyembuhan cedera (Ali, 2005: 67). Salah satu tempat yang menyediakan jasa layanan masase cedera di Yogyakarta adalah *Physical Therapy Clinic* (PTC) yang digunakan sebagai tempat *preventif* (pencegahan), *kuratif* (penyembuhan) dan *rehabilitatif* (pemulihan) cedera dengan *treatment* terapi manual dengan teknik masase *frirage*.

Sekian banyak keluhan yang didata, PTC telah mengelompokkannya menjadi 10 macam cedera, yaitu cedera leher, cedera bahu, cedera siku, cedera pergelangan tangan, cedera jari tangan, cedera pinggang, cedera panggul, cedera lutut, cedera pergelangan kaki, dan cedera jari kaki. Selama tahun 2013, tercatat sebanyak 1554 pasien perempuan yang datang dengan keluhan cedera. Bila dilihat dari data tahun ke tahun yang dimiliki oleh PTC, tingkat cedera semakin meningkat.

Berdasarkan hasil pengamatan di PTC pada tanggal 12-20 Desember 2014 diketahui bahwa: (1) keluhan sakit pada anggota gerak tubuh bagian atas dan bawah, (2) keluhan sakit timbul setelah melakukan aktivitas olahraga dan saat melakukan aktivitas sehari-hari, (3) wanita lebih berisiko akan cedera, dan (4) pasien PTC berasal dari berbagai kelompok umur.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei. Menurut Whitney (1960) yang dikutip oleh Moh. Nazir (2013: 43), metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat.

### Waktu Dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di *Physical Therapy Clinic* FIK UNY dari tanggal 12 Desember 2014 sampai dengan 20 Desember 2014

### Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien PTC selama tahun 2013. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Seperti yang diungkapkan Riduwan (2009: 20) *purposive sampling* adalah teknik sampling yang penentuan sampelnya berdasarkan

pertimbangan. Pertimbangan tersebut adalah hanya menggunakan data pasien putri yang telah datang ke PTC pada tahun 2013.

### Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan dokumentasi sebagai sumbernya. Data terlebih dahulu dipisahkan antara laki-laki dan perempuan, setelah mendapat data perempuan, lalu dibagi menjadi 10 macam cedera yang sebelumnya telah dikelompokkan oleh PTC.

### Intrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa dokumentasi data pasien PTC pada tahun 2013. Cara pelaksanaan pengumpulan data ini yaitu dengan memisahkan data antara pasien laki-laki dan perempuan pada tahun 2013 dan dikelompokkan berdasarkan 10 macam cedera yang terjadi, yaitu cedera leher, cedera bahu, cedera siku, cedera pergelangan tangan, cedera jari tangan, cedera pinggang, cedera panggul, cedera lutut, cedera pergelangan kaki, dan cedera jari kaki.

### Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis data perhitungan statistik deskriptif persentase, yaitu dengan cara mengadakan persentase dan penyebaran serta memberikan penafsiran yang diperoleh atas dasar persentase tersebut. Teknik analisis ini dapat dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Anas Sudijono, 2008: 43):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P: Persentase yang dicari

F: Frekuensi

N: Jumlah responden.

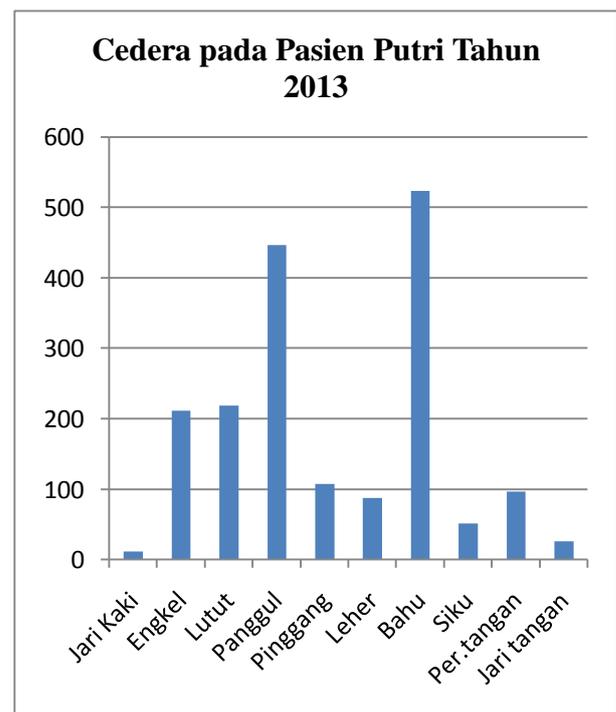
## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Cedera merupakan rusaknya jaringan yang disebabkan adanya kesalahan teknis, benturan, atau aktivitas fisik yang melebihi

batas beban sehingga menimbulkan rasa sakit akibat dari kelebihan latihan melalui pembebanan latihan yang terlalu berat sehingga otot dan tulang tidak lagi dalam keadaan anatomis (Cava, 1995:145) yang dikutip (Ali, 2012: 5).

Cedera bisa terjadi di mana saja dan tidak dapat diprediksi kapan terjadinya. Semua anggota gerak tubuh memiliki risiko untuk mengalami cedera. Bila dijabarkan, macam cedera pada anggota gerak tubuh yang terjadi pada aktivitas olahraga dan aktivitas sehari-hari yaitu seperti: cedera leher, cedera bahu, cedera siku, cedera pergelangan tangan, cedera jari tangan, cedera pinggang, cedera panggul, cedera lutut, cedera pergelangan kaki, dan cedera jari kaki. Berdasarkan Gambar 1, selama tahun 2013, PTC banyak menangani kasus cedera bahu.



Gambar 1. Penanganan Terapi Masase Cedera Tahun 2013

Bahu adalah sendi yang memiliki ruang gerak terbesar. Diperkuat oleh pendapat Brad (2005: 103) bahwa sendi bahu merupakan ciptaan yang luar biasa yang tersusun secara kompleks oleh tulang, otot, dan tendo yang menghasilkan gerakan ROM yang luas karena disusun tulang berbentuk seperti bola.

Bahu memungkinkan untuk bergerak sangat bebas dalam melakukan berbagai macam jangkauan gerakan, sehingga sendi ini merupakan persendian yang sangat tidak stabil dan mudah mengalami cedera (Vincent, 2002: 215).

Brad dalam bukunya yang berjudul *The Sport Injury Handbook* (2005: 104) menjelaskan bahwa terdapat dua faktor utama penyebab terjadinya cedera pada bahu. Pertama adalah karena faktor degenerasi, atau yang lebih umum terjadi yaitu karena terjadi peregangan dan perobekan. Penyebab kedua adalah latihan terus menerus yang terlalu dipaksakan. Hal ini terjadi saat mengangkat beban yang berat dengan posisi lengan yang salah atau kurang nyaman.

Bahu merupakan sendi yang sangat penting karena bertugas pula untuk menopang gerakan yang dilakukan oleh siku. Sayangnya area tersebut hanya mendapat sedikit suplai darah sehingga tendo dari otot *rotator cuff* mendapat sedikit oksigen. Karena kekurangan oksigen dan nutrisi, daerah sendi bahu lebih cepat untuk mengalami degenarasi. Suplai darah yang sedikit ini pula adalah penyebab mengapa cedera bahu lama untuk sembuh (Brad, 2005: 104)

Selain karena degenerasi dan peregangan, terdapat hubungan antara siklus menstruasi wanita dan cedera sendi. Tingkat relaxin yaitu hormon yang bertanggung jawab untuk melonggarkan ligamen panggul untuk membantu dalam proses melahirkan, secara alami meningkat saat proses ovulasi, sehingga saat perempuan melakukan olahraga lebih rentan terhadap cedera sendi, termasuk bahu (Marla, 2007). Inilah salah alasan mengapa wanita lebih mudah mengalami cedera daripada laki-laki.

### Hasil Analisis Data

Tabel 1 menyebutkan bahwa dari 10 macam cedera di PTC, kasus tertinggi adalah cedera bahu dan kasus terendah adalah cedera jari kaki. Penyebab cedera bahu sangat

bervariasi, seperti karena salah posisi tidur atau karena mengambil barang yang letaknya berada di atas kepala. Cedera paling banyak terjadi pada wanita usia 36-55 tahun yang merupakan kelompok usia produktif. Tidak hanya sebagai ibu rumah tangga, saat ini wanita telah banyak yang menapaki dunia karir. Inilah salah satu penyebab mengapa wanita sering mengalami cedera.

Penanganan Terapi Masase Cedera pada Pasien putri	Umur							
	< 18 th		18-35 th		36-55 th		> 55 th	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Jari tangan	2	0,1	8	0,4	9	0,5	7	0,4
Per. tangan	3	0,2	33	1,8	37	2,1	24	1,3
Siku	2	0,1	10	0,6	30	1,7	10	0,6
Bahu	5	0,3	123	6,9	<b>277</b>	<b>15,5</b>	119	6,7
Leher	0	0,0	22	1,2	43	2,4	23	1,3
Pinggang	1	0,1	31	1,7	53	3,0	23	1,3
Panggul	6	0,3	91	5,1	224	12,5	126	7,1
Lutut	5	0,3	69	3,9	78	4,4	67	3,8
Engkel	9	0,5	87	4,9	88	4,9	28	1,6
Jari kaki	0	0,0	6	0,3	6	0,3	0	0,0
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>1,8</b>	<b>480</b>	<b>26,9</b>	<b>845</b>	<b>47,3</b>	<b>427</b>	<b>23,9</b>

Tabel 1. Pengelompokan Cedera Pasien Putri Tahun 2013 Berdasarkan Umur

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka kesimpulan dalam penelitian ini yaitu persentase cedera yang paling sering dialami oleh pasien putri yang datang ke PTC terbanyak pada tahun 2013 adalah cedera bahu sebesar 29,4% dan terendah adalah cedera jari kaki sebesar 0,7%. Dibandingkan dengan laki-

laki, perempuan lebih rentan terhadap cedera karena memiliki struktur anatomi yang lebih lemah terutama karena saat ini perempuan memiliki peran ganda dalam kehidupan yaitu sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir. Sedangkan rentang usia yang paling berisiko mengalami cedera adalah kelompok usia 36-55 tahun.

### Saran

Implikasi dari penelitian ini adalah PTC dapat dijadikan alternatif penanganan keluhan cedera. Masyarakat khususnya pada wanita kelompok usia 36-55 tahun harus lebih berhati-hati akan cedera karena rentang mengalaminya karena masih termasuk dalam usia produktif.

Penelitian ini telah diusahakan sebaik mungkin, tetapi tidak terlepas dari keterbatasan penelitian diantaranya adalah (1) tidak diketahuinya secara pasti jenis cedera yang dialami oleh pasien karena data yang digunakan hanya tentang tentang letak keluhan yang terjadi, (2) belum diketahuinya jenis pekerjaan apa yang paling sering mengalami cedera, dan (3) penyebab mengapa cedera bahu paling banyak terjadi dan semakin meningkat setiap tahunnya.

Saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut: (1) bagi Program Studi IKOR dengan menambah referensi kepustakaan tentang metode terapi masase penanganan cedera, (2) bagi PTC agar lebih menggunakan teknologi komputerisasi serta pengumpulan data yang lebih baik, sehingga pasien memiliki *medical record* yang jelas dan runtun, sehingga diketahui tingkat kesembuhan pasien, (3) bagi masyarakat agar lebih mengenal tentang jenis dan macam cedera yang bisa terjadi pada anggota gerak tubuh serta tindakan penanganannya, dan (4) bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat secara rinci menjelaskan tentang jenis cedera yang dialami oleh masyarakat dan mengungkapkan jenis pekerjaan apa yang paling berisiko mengalami cedera pada rentang usia tertentu

### DAFTAR PUSTAKA

- Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi. (2012). *Terapi Masase Frirage: Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh bagian Bawah*. Yogyakarta: Digibooks.
- Anas Sudijono. (2008). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Arif Setiawan. (2011). *Faktor Timbulnya Cedera Olahraga*. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan, Vol. 1, No. 1, Hal.5, Juli 2011.
- Beck, Mark F. (2010). *Theory and Practice of Therapeutic Massage*. Canada: Nelson Education Ltd.
- Bethesda. (2012). *What Are Shoulder Problem*. Diakses dari [www.niams.nih.gov](http://www.niams.nih.gov), pada tanggal 5-2-2015, jam 21.34.
- Calvert, Robert Noah. (2002). *The History of Massage Around The World*. India: Library of Congres Cotologing.
- Field, Tiffany M. (1998). *Massage Therapy Effects*. Jurnal American Psychological Association, Vol. 53, No. 12, Hal. 1270, Desember 1998.
- Fitriani Lumongga. (2004). USU digital library, Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Gregory dkk. (2005). *Arthroscopy: The Journal of Arthroscopic and Related Surgery*, Vol 21, No 4 (April), 2005: pp 471-486
- Ida Bagus Ketut Surya. (2014). *Penambahan Elastic Bandage Pada Intervensi Diatermi, Ultrasonik dan Massage Transverfriction dapat Menurunkan Nyeri Akibat Cedera Ligamen Kolateral Medial Lutut*. Majalah Ilmiah Fisioterapi. Hal. 3.
- Junge, Astrid, dan Jiri Dvorak. (2009). *Injury Surveillance in The World Football*. Sport Med Journal, doi:10.1136/bj.sports-2013-092205.

- Krause, Marla. 2007. *Women may face higher risk for shoulder injury*. Diakses tanggal 9-4-2015 dari <http://articles.chicagotribune.com/2007-06-19/features/0706150496>
- Meena Manindra Sran. (2005). *Manual Therapy Osteoporotic Spine, British Journal of Sport Medicine The University British Columbia*. ISBN: 0-494-10443-3.
- Moh. Nazir. (2013). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Moore, Keith L., dan Anne M. R. Agur. (2002). *Anatomi Klinis Dasar*. Jakarta: Hipokrates.
- Peat, Malcolm. (1986). *Fuctional Anatomy of The Shoulder Complex. Physical Therapy Journal of The American Physical Therapy Association and de Fysioterapeut*, Volume 66 Nomor 12, hal. 1855.
- Saegar, Jan L. dan Donna Kyle Brown. (2008). *New Foundation in Therapeitic Massage and Bodywork*. ISBN: 978-0073025827.
- Schöffl, Volker, dkk. (2012). *World J Orthop*. Vol.3, No. 6, Juni 2012, Hal. 62-69.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Paraktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Taylor, Paul M. (2002). *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Triyadini, dkk. (2010). *Efektivitas Terapi Masase dengan terapi Mandi Air Hangat Terhadap Penurunan Insomnia Lansia*. Jurnal Keperawatan Soedirman, Vol.5, No.3, Hal. 175, November 2010.
- Walker, Brad. 2005 *.The Sport Injury Handbook*. Queensland: Walkerbout Health Pty Ltd.
- Wayne. (2002). *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Wellnes, Berkeley. (2011). *Women: Avoid Sport Injuries*. Diakses dari <http://www.berkeleywellness.com/fitness/injury-prevention/article/women-avoid-sports-injuries>, tanggal 25-03-2015, pukul 21.10.
- Wiles, Philip, dkk. (1956). *Chondromalacia of The Patella*. Vol.38B, Febuari 1956.
- Wolf, Brian R. (2008). *Frozen Shoulder. American Orthopaedic Society for Sports Medicine*. Diakses dari [www.sportsmed.org](http://www.sportsmed.org), tanggal 15-01-2015, pukul 14.22.
- American Academy of Orthopaedic Surgeons. 2003. Diakses dari <http://orthoinfo.aaos.org/PDFs/A00064.pdf>, tanggal 24-3-2015, pukul 23.11.
- (Manual Therapy Osteoporotic Spine, British Journal of Sport Medicine The University British Columbia, ISBN: 0-494-10443-3,)