

PENGETAHUAN TENTANG CEDERA, PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA SISWA KELAS ATAS SD N 2 BUGISAN PRAMBANAN KLATEN TAHUN 2016

KNOWLEDGE ABOUT INJURY, PREVENTION AND TREATMENT OF INJURY OF UPPER GRADE STUDENTS OF SD N 2 BUGISAN PRAMBANAN KLATEN IN 2016

Oleh: Debi Dwi Haryanto, fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri Yogyakarta
Email: debidwiharyanto29@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pendidikan jasmani yang berisiko menimbulkan cedera dan tidak adanya materi pencegahan dan perawatan cedera di buku pegangan siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan Pengetahuan Tentang Cedera, Pencegahan dan Perawatan Cedera Siswa Kelas Atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei, instrumen berupa tes pilihan ganda. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten dari kelas IV yang berjumlah 15 anak, kelas V berjumlah 12 anak, dan kelas VI berjumlah 16 anak dengan total keseluruhan berjumlah 43 siswa. Teknik analisis data yang digunakan dalam menganalisis yaitu teknik statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan dari penelitian dan pembahasan diperoleh hasil, kategori sangat tinggi sebanyak 4 siswa (9,3%), kategori tinggi sebanyak 7 siswa (16,3%), kategori sedang sebanyak 22 siswa (51,2%), kategori rendah sebanyak 8 siswa (18,6%), kategori sangat rendah sebanyak 2 siswa (4,7%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan Tentang Cedera, Pencegahan dan Perawatan Cedera Siswa Kelas Atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 51,2%.

Kata kunci : *pengetahuan, pencegahan dan perawatan, cedera*

Abstract

This research background is that there is physical education which is potentially to cause injury and there are no materials of prevention and treatment of injuries in student handbook. The purpose of this research is to find out and describe the knowledge about injury, prevention and treatment of injury of upper grade students of SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten in 2016. This research was descriptive by using survey method, instruments in the form of multiple-choice tests. The population of this research were all students of SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten consisting of 15 fourth grade students, 12 fifth grade students, 16 sixth grade students, for a total of 43 students. The data analysis technique used in the analysis was the descriptive statistics on the percentage. Based on the research results and the discussion, the category of very high is 4 students (9.3%), category of high is 7 students (16.3%), category of medium is 22 students (51.2%), category of low is 8 students (18.6%), and the category of very low is 2 students (4.7%). From these results, it can be concluded that the knowledge about injury, prevention and treatment of injury of upper grade students of SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten in 2016 is categorized in medium category with percentage of 51.2%.

Keywords: *knowledge, prevention and treatment, injury*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani hakikatnya merupakan bagian integral dari pendidikan, yang dilaksanakan dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral. Sedemikian halnya dengan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan harus berfikir agar dengan pendidikan yang dimulai dari pembelajaran yang diberikan atau ditujukan untuk siswanya, maka tujuan pendidikan akan sedikit demi sedikit mencapai tujuan yang diinginkan.

Dalam proses pembelajaran tidak dapat dipungkiri bahwa adanya aktivitas fisik pasti ada risiko yang muncul bersandingan, salah satu risikonya yaitu cedera. Menurut Andun Sudijandoko yang dikutip Ranintya Meikahani dan Erwin Setyo Kriswanto (2015: 16) dalam jurnal pendidikan jasmani indonesia menyatakan bahwa Cedera adalah suatu akibat dari gaya-gaya yang bekerja pada tubuh untuk mengatasinya dan bisa berlangsung dengan jangka waktu yang cepat atau singkat maupun jangka panjang. Cedera dapat terjadi sewaktu-waktu, tidak hanya dalam kegiatan fisik atau olahraga saja, seseorang dapat mengalami cedera kapanpun dan dimanapun.

Seperti dalam proses pembelajaran penjas di Sekolah Dasar, seorang anak khususnya cedera dapat terjadi tidak hanya pada saat pembelajaran di lapangan, cedera dapat terjadi sewaktu anak dalam perjalanan menuju sekolah, di rumah, maupun dimana saja. Namun, cedera paling sering dikaitkan pada saat proses pembelajaran penjas di lapangan, karena pembelajaran penjas langsung bersentuhan dengan aktivitas fisik, seperti langsung berhadapan dan kontak langsung dengan sarana dan prasarana yang ada di lapangan. Serta dalam olahraga banyak menggunakan aktivitas fisik, sehingga

kemungkinan besar cedera dapat terjadi, dalam hal ini kegiatan pembelajaran juga berisiko mengalami cedera, namun tidak sepenuhnya cedera terjadi pada saat kegiatan olahraga. Seperti dalam proses pembelajaran penjas di Sekolah Dasar, seorang anak khususnya cedera dapat terjadi tidak hanya pada saat pembelajaran di lapangan, cedera dapat terjadi sewaktu anak dalam perjalanan menuju sekolah, di rumah, maupun dimana saja. Namun, cedera paling sering dikaitkan pada saat proses pembelajaran penjas di lapangan, karena pembelajaran penjas langsung bersentuhan dengan aktivitas fisik, seperti langsung berhadapan dan kontak langsung dengan sarana dan prasarana yang ada di lapangan. Serta dalam olahraga banyak menggunakan aktivitas fisik, sehingga kemungkinan besar cedera dapat terjadi, dalam hal ini kegiatan pembelajaran juga berisiko mengalami cedera, namun tidak sepenuhnya cedera terjadi pada saat kegiatan olahraga.

Cedera merupakan sesuatu yang sangat sulit dihindarkan ketika seseorang melakukan aktivitas olahraga. Cedera pada usia anak Sekolah Dasar sangat rentan terjadi, dikarenakan kurangnya kesadaran untuk berhati-hati dalam melakukan berbagai aktivitas. Ada berbagai faktor yang kemungkinan mengakibatkan cedera, seperti kemampuan siswa itu sendiri, sarana prasarana yang digunakan, fasilitas, alat, maupun lingkungan (cuaca), dan lain-lain. Untuk menciptakan rasa aman dalam proses pembelajaran guru sebaiknya dapat meminimalisir dengan cara mempersiapkan dan mengecek sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam proses pembelajaran penjas, serta mengaplikasikan bekal ilmu yang dimilikinya dalam meminimalisir cedera pada anak didiknya. Guru sebaiknya memberikan ilmu dengan pengetahuan dan keterampilannya dalam pencegahan dan perawatan cedera dalam proses pembelajaran kepada siswanya,

supaya dalam proses pembelajaran tersebut dapat terminimalisir terjadinya cedera pada siswanya, dan siswanya juga tahu akan pengetahuan mengenai pencegahan dan perawatan cedera. Dalam hal ini guru dapat memberikan pengetahuan mengenai cedera beserta pencegahan dan perawatannya. Pencegahan dapat dijelaskan pada siswanya bahwa pencegahan dapat dilakukan dengan berbagai cara dan dilakukan pada waktu sebelum kejadian atau sebelum terjadinya cedera, lebih tepatnya menolak agar tidak terjadi cedera pada saat beraktifitas dengan melakukan persiapan dan antisipasi sebelum melakukan aktifitas atau kegiatan apapun yang berisiko cedera. Untuk perawatan dapat dijelaskan sebagai perlakuan yang diberikan guna memberikan pengobatan dalam proses penyembuhan akibat dari tindakan atau akibat dari cedera yang dialami seseorang. Namun, pengetahuan ini tidak hanya didapat di sekolah melalui guru saja. Akan tetapi pengetahuan mengenai pencegahan dan perawatan cedera juga bisa didapat melalui pengalaman siswa itu sendiri, orang tua, teman, dan lain-lain. Dengan mengetahui pencegahan dan perawatan cedera secara luas, maka cedera pada siswa itu sendiri dapat diminimalisir.

Siswa kelas atas di SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten dalam kegiatan pembelajarannya sudah dibekali dan guru sudah menyampaikan pembelajaran mengenai pencegahan dan perawatan cedera. Sebagian besar siswa sudah mengenal, namun dalam masing-masing kelas tingkatannya dalam pengetahuan pasti berbeda, itu sesuai dengan guru dalam memberikan pembelajaran atau ilmu pengetahuan mengenai pencegahan dan perawatan cedera serta penangkapan siswa dalam aspek pengetahuan mengenai pencegahan dan perawatan cedera.

Dari hasil survei di SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten peneliti

mengamati bahwa adanya beberapa masalah yang ada pada beberapa siswa dalam pengetahuannya terhadap pencegahan dan perawatan cedera, seperti adanya beberapa siswa yang kurang mengetahui apa itu cedera, kurang menangkap (merespon) pengetahuan yang diberikan gurunya maupun orang disekitarnya, terlebih karena tidak adanya materi khusus pencegahan dan perawatan cedera di buku penjas pegangan siswa. Dari pembelajaran yang sudah diterapkan sejauh mana pengetahuan siswa khususnya kelas atas yang sudah cukup dibekali ilmu, apakah baik atau belum. Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Pengetahuan Tentang Cedera, Pencegahan dan Perawatan Cedera Siswa Kelas Atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, penelitian deskriptif hanya memaparkan keadaan objek atau peristiwa yang diteliti yaitu seberapa baik pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016. Dalam penelitian ini metode yang digunakan yaitu survei dengan instrumen tes berupa pilihan ganda.

Waktu dan Tempat Penelitian

Pengambilan data penelitian pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas dilakukan di SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten. Waktu penelitian dilaksanakan dimulai dari tanggal 23 Mei 2016 sampai dengan 27 Mei 2016.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas di SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten yang berjumlah 43 siswa. Keseluruhan siswa akan dijadikan sampel pada penelitian ini yang terdiri dari 15 siswa kelas IV, 12 siswa kelas V, dan 16 siswa kelas VI.

Prosedur

Prosedur dalam penelitian ini yaitu seperti teknik untuk pengumpulan data, dalam penelitian ini menggunakan soal tes, dengan tahapan sebagai berikut :

- a. Peneliti meminta izin kepada pihak sekolah dan observasi dengan menyampaikan maksud bahwa peneliti akan meneliti pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas yang berada di SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016.
- b. Pengambilan data langsung dengan tes yaitu soal tes yang diberikan kepada siswa kelas atas untuk dikerjakan dengan waktu yang telah ditentukan. Pengambilan data tiap kelas dilaksanakan pada jam yang bersamaan, dibantu dengan guru PJOK dan guru kelas masing-masing sebagai pengawas. Dilakukan sampai waktu habis dan jawaban terkumpul dengan lengkap.
- c. Peneliti meminta surat keterangan dari pihak SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten bahwa peneliti telah atau sudah mengambil data di sekolahnya.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 160), “Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya

lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah”. Instrumen dalam penelitian ini berupa soal tes pilihan ganda.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Adapun teknik penghitungannya untuk masing-masing butir dalam angket menggunakan persentase. Menurut Anas Sudijono (2012: 43) dengan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan :

P = Angka Persentase

f = Frekuensi yang dicari persentasenya

N = Jumlah frekuensi banyaknya individu

Kriteria dalam penskoran data tiap faktor dapat diketahui dengan cara melakukan pengkategorian sesuai dengan instrumen. Agar memudahkan untuk mengidentifikasi dan pendeskripsian setiap faktor dalam penelitian ini didasarkan pada nilai *mean* (\bar{x}) dan *standar deviasi* (∞) dengan menggunakan skala lima. Dan hasil perhitungan nantinya akan dibuat dalam distribusi frekuensi dan akan ditampilkan dengan diagram batang.

Tabel 1. Norma Pengkategorian

| Interval | Kategori |
|--|---------------|
| $X > \bar{x} + 1,5 \infty$ | Sangat Tinggi |
| $\bar{x} + 0,5 \infty < X \leq \bar{x} + 1,5 \infty$ | Tinggi |

| | |
|--|---------------|
| $\bar{x} - 0,5 \sigma < X \leq \bar{x} + 0,5 \sigma$ | Sedang |
| $\bar{x} - 1,5 \sigma < X \leq \bar{x} - 0,5 \sigma$ | Rendah |
| $X \leq \bar{x} - 1,5 \sigma$ | Sangat Rendah |

Sumber: Saifuddin Azwar (2012: 148)

Keterangan :

X : Total Jawaban Responden

\bar{x} : Mean

σ : Standar Deviasi

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

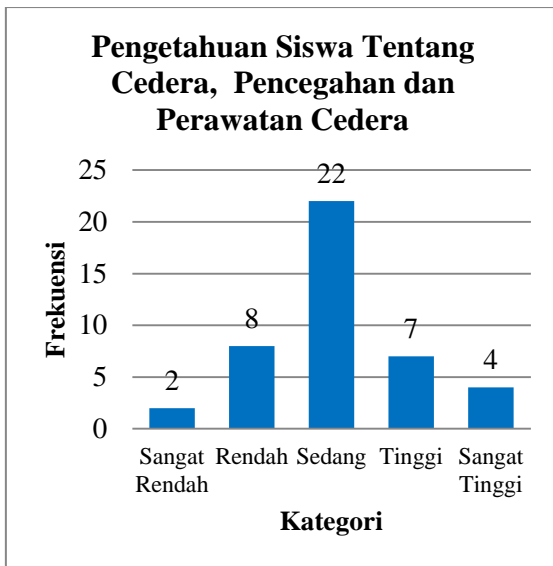
Analisis deskriptif pada data pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 diperoleh nilai *maximum* sebesar 25 dan nilai *minimum* sebesar 10 dari 25 butir soal. Dari keseluruhan 25 butir soal tersebut terdiri dari 6 faktor, yaitu : faktor pengertian tentang cedera, faktor pengetahuan tentang penyebab cedera, faktor pengetahuan bagian tubuh yang sering terjadi cedera, faktor pengetahuan tingkat klasifikasi cedera, faktor pencegahan cedera, dan faktor perawatan cedera. Perhitungan deskriptif data pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 menghasilkan data *mean* sebesar 18,23 dan *standar deviasi* sebesar 3,24. Pengkategorian dibuat berdasarkan *mean* dan *standar deviasi* hasil perhitungan deskriptif. Hasil pengkategorian data pengetahuan siswa

kelas atas SD N 2 Bugisan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. Kategorisasi Data Pengetahuan Tentang Cedera, Pencegahan dan Perawatan Cedera Siswa Kelas Atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016

| Interval | Frekuensi | Persentase (%) | Kategori |
|-------------------|-----------|----------------|---------------|
| Lebih dari 23,09 | 4 | 9,3 | Sangat Tinggi |
| 19,85 - 23,08 | 7 | 16,3 | Tinggi |
| 16,61 - 19,84 | 22 | 51,2 | Sedang |
| 13,37 - 16,60 | 8 | 18,6 | Rendah |
| Kurang dari 13,36 | 2 | 4,7 | Sangat Rendah |
| Jumlah | 43 | 100,0 | |

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 yaitu 4 siswa (9,3%) dengan kategori sangat tinggi, 7 siswa (16,3%) dengan kategori tinggi, 22 siswa (51,2%) dengan kategori sedang, 8 siswa (18,6%) dengan kategori rendah, dan 2 siswa (4,7%) dengan kategori sangat rendah. Frekuensi terbanyak sebesar 51,2% dengan jumlah 22 siswa dan berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram maka hasilnya sebagai berikut :



Gambar 1. Diagram Batang Pengetahuan Siswa Tentang Cedera, Pencegahan dan Perawatan Cedera

Deskripsi di atas adalah hasil analisis data keseluruhan yang mendeskripsikan pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan instrumen tes berupa soal tes pilihan ganda dengan analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif yang perhitungannya menggunakan persentase.

Hasil analisis data deskriptif menunjukkan bahwa pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 51,2%. Hasil tersebut diartikan bahwa siswa-siswi kelas atas di SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten

pengetahuannya tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera masih dalam rata-rata sedang.

Pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 didasarkan pada 3 variabel dan 6 faktor yang saling berkaitan. Pada variabel pengetahuan tentang cedera terdapat 4 faktor, yaitu Pengertian tentang cedera, Pengetahuan tentang penyebab cedera, Pengetahuan bagian tubuh yang sering terjadi cedera, Pengetahuan tingkat klasifikasi cedera, pada variabel pencegahan cedera terdapat faktor Pencegahan cedera, dan pada variabel perawatan cedera terdapat faktor Perawatan cedera.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 yaitu pada kategori sangat tinggi sebanyak 4 siswa dengan persentase sebesar 9,3%, kategori tinggi sebanyak 7 siswa dengan persentase sebesar 16,3%, kategori sedang sebanyak 22 siswa dengan persentase sebesar 51,2%, kategori rendah sebanyak 8 siswa dengan persentase sebesar 18,6%, kategori sangat rendah sebanyak 2 siswa dengan persentase sebesar 4,7%. Frekuensi terbanyak sebesar 51,2% pada kategori sedang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang cedera, pencegahan dan perawatan cedera siswa kelas atas SD N 2 Bugisan Prambanan Klaten Tahun 2016 termasuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 51,2%.

Saran

Berdasarkan hasil pembahasan, kesimpulan, implikasi, serta keterbatasan di atas, saran yang dapat diberikan bagi pihak yang terkait adalah sebagai berikut :

1. Memberikan penjelasan dan arahan kepada siswa sebelum siswa mengerjakan soal penelitian, serta mengawasi siswa pada saat mengerjakan.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk peneliti selanjutnya untuk meneliti tingkatan yang lebih luas, seperti; pengetahuan, pemahaman, ataupun keterampilan siswa maupun guru yang dapat memberikan sumbangan ilmu terhadap dunia pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Ranintya Meikahani dan Erwin Setyo Kriswanto. (2015). Pengembangan Buku Saku Pengenalan Pertolongan dan Perawatan Cedera Olahraga untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 11, Nomor 1). Hlm. 15-22.
- Saifuddin Azwar. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi, Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.