

## **TINGKAT PEMAHAMAN GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN TERHADAP PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DI SD N SE-KECAMATAN WATES KABUPATEN KULON PROGO**

Oleh : Nova Dhwiana  
Email : Novadhawiana02@gmail.com

### **Abstrak**

Beberapa guru pendidikan jasmani Olahraga Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo DIY, ada yang belum maksimal dalam memberikan pertolongan pertama apabila terjadi kasus cedera saat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo DIY tentang pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survey. Teknik pengumpulan data berupa angket menggunakan tes soal pilihan ganda. Pengambilan data dilakukan di SD Mangunan Baru pada saat kegiatan kelompok kerja guru (KKG). Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo DIY yang berjumlah 30 guru. Teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif persentase.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, dapat dideskripsikan pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera sebagai berikut, kategori kurang baik sebesar 10,3% (3 guru), kategori “kurang” sebesar 31,0% (9 guru), kategori “sedang” sebesar 17,2% (5 guru), kategori “baik” sebesar 41,4% (12 guru).

*Kata kunci: pemahaman, pencegahan dan perawatan cedera, SD Negeri Kecamatan Wates*

## **LEVEL OF UNDERSTANDING OF PHYSICAL EDUCATION, SPORT, AND HEALTH TEACHERS ON PREVENTION AND TREATMENT OF INJURY IN SPORT PHYSICAL EDUCATION LEARNING IN STATE ELEMENTARY SCHOOL IN WATES DISTRICT KULON PROGO REGENCY**

### **Abstract**

Some sport physical education teachers of State Elementary School in Wates District, Kulon Progo Regency, DIY, have not been optimal in providing first aid in case of injury during sport physical education learning. The research intends to figure out the level of understanding of physical education, sports, and health teachers of State Elementary Schools in Wates District Kulon Progo Regency DIY on the prevention and treatment of injury in physical education learning.

This research was descriptive quantitative research. The method used was by survey method. The data collection technique was in the form of questionnaire using multiple choice test questions. The data were collected at SD Mangunan Baru during the activity of teacher working group (KKG). The subjects used in this research were all teachers of physical education, sports, and health of State Elementary School in Wates District Kulon Progo Regency DIY of 30 teachers. The data analysis technique used percentage descriptive technique.

Based on the results of the research and discussion explained in the previous chapter, it can be described that the understanding of physical education, sports and health teachers of State Elementary Schools in Wates District Kulon Progo Regency DIY on the prevention and treatment of injury as follows, the “less good” category 10.3% (3 teachers), the "less" category 31.0% (9 teachers), the "medium" category 17.2% (5 teachers), the "good" category 41.4% (12 teachers).

*Keywords: understanding, prevention and treatment of injury, SD Negeri Wates District*

Yogyakarta, Juli 2017

## PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani (penjas) menjadi suatu proses yang amat penting dalam keseluruhan tahap pendidikan yang ada di sekolah dasar dan sekolah menengah. Dalam proses pembelajaran penjas, guru diharapkan mengajarkan berbagai ketrampilan gerak dasar, teknik, permainan dan olahraga, nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Siswa dituntut untuk aktif dalam mempelajari suatu gerak yang nantinya akan dilakukan secara berulang-ulang untuk mendapatkan suatu keterampilan dalam olahraga tertentu.

Aktivitas gerak yang harus dilakukan siswa dalam penjas sangat bervariasi, antara lain yang tercantum dalam ruang lingkup mata pelajaran penjas di Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) 2006 (Samsudin, 2008: 141), yaitu permainan dan olahraga meliputi olahraga tradisional, permainan, atletik, bela diri, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif serta aktivitas lainnya, aktivitas pengembangan meliputi mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya. Aktivitas senam meliputi ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya. Aktivitas ritmik meliputi gerak bebas, senam pagi, skj serta aktivitas lainnya. Aktivitas air meliputi permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya. Pendidikan luar kelas, meliputi piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dan Unit Kesehatan Sekolah (UKS).

Proses pembelajaran penjas, alat dan fasilitas, bahan ajar, cuaca dan tempat berlangsungnya proses pembelajaran penjas mengandung resiko terjadinya kecelakaan yang tinggi. Materi pembelajaran yang bersifat kontak fisik seperti sepak bola akan lebih berpotensi mendatangkan cedera. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kecelakaan saat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

diantaranya adalah (1) Faktor Lingkungan Belajar, (2) Faktor Fasilitas, (3) Faktor Peralatan, (4) Faktor Manajemen Pembelajaran, (5) Faktor Teknik Bantuan, (6) Faktor Perencanaan Tugas Ajar (Muchtamadji, 2004: 63-64). Penting bagi guru penjasorkes memahami tentang faktor penyebab cedera dalam pembelajaran agar dapat mencegah terjadinya cedera. Di lapangan membuktikan pentingnya usaha pencegahan cedera saat pembelajaran penjas. Pencegahan dapat dilakukan melalui pengecekan kelayakan sarana dan prasarana sebelum melaksanakan pembelajaran penjas, melakukan pemanasan yang cukup agar tubuh benar-benar siap untuk melaksanakan pembelajaran penjas, guru juga harus memperhatikan siswa dengan mengecek kondisi kesehatannya, sehingga dalam pelaksanaan pembelajaran penjas persentase terjadinya cedera semakin kecil.

Terjadinya cedera bisa di sebabkan oleh faktor internal (dari dalam diri pelaku) dan faktor eksternal (dari luar diri pelaku). Secara internal, selain pemanasan yang belum maksimal, cedera juga disebabkan oleh kelelahan fisik, kelainan fungsi tubuh, kurangnya konsentrasi dan ketidakdisiplinan, sedangkan secara eksternal cedera bisa di sebabkan oleh sarana dan prasarana yang belum memadai dan kegiatan pembelajaran yang terlalu keras.

Menurut (Dunkin, 2004:2) cedera pada saat melakukan kegiatan olahraga disebabkan oleh (1) kecelakaan, (2) pelaksanaan latihan yang jelek, (3) peralatan yang tidak baik, (4) kurang persiapan kondisi fisik, dan (5) kurangnya pemanasan dan peregangan. Sedangkan cedera yang sering dialami oleh anak disebabkan antara lain (1) kurangnya kepekaan/mawas diri untuk menjaga keselamatan, sehingga siswa kurang bersikap hati-hati, (2) kurangnya tanggungjawab dan antisipasi terhadap keselamatan diri sehingga siswa bersikap masa bodoh dan tidak peduli, dan (3) kurangnya sikap disiplin diri (Suharto, 2001:127)

Dalam pembelajaran penjas, terjadinya cedera bukan hanya disebabkan oleh kesalahan siswa, tetapi kesalahan juga dapat dilakukan oleh seorang guru penjasorkes yang berpotensi menyebabkan siswa cedera. Kesalahan guru yang menyebabkan siswa cedera, antara lain guru tidak mengecek kesehatan siswa sehingga siswa sakit memaksakan diri mengikuti pembelajaran penjas, penggunaan alat yang tidak layak pakai, memberikan materi pembelajaran dengan pemanasan yang kurang dan kurangnya pengetahuan guru penjasorkes terhadap

pencegahan cedera olahraga. Seorang guru penjasorkes dituntut untuk mengetahui cara penyampaian pembelajaran penjas dan mampu menangani cedera yang terjadi pada siswanya.

Kenyataan yang terjadi saat kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL), sarana dan prasarana yang digunakan guru penjasorkes di SD se Kecamatan Wates sebagian belum memadai untuk digunakan dalam pembelajaran penjas. Sebagai contoh kondisi lapangan yang terlalu dekat dengan ruang kelas hal tersebut mengakibatkan pada saat pembelajaran lari cepat kurang maksimal. Alat-alat olahraga yang sudah rusak seperti bola yang seharusnya dipompa terlebih dahulu tetapi tetap digunakan saat pembelajaran. Hal ini seharusnya diperhatikan oleh guru penjasorkes dan pihak sekolah agar siswa dapat melaksanakan kegiatan pembelajaran penjas dengan aman dan menyenangkan serta tidak ada rasa takut ketika siswa melakukan aktivitas.

Dalam pengamatan penulis bahwa ada beberapa siswa pada saat kegiatan lari 5km yang diadakan seluruh kecamatan Wates ada yang tidak memakai sepatu akibatnya siswa tersebut mengalami lepuh dan lecet-lecet pada kaki, sedangkan pemakaian sepatu sangatlah penting guna melindungi kaki agar tidak cedera. selain itu saat pembelajaran kasti ada siswa yang berdarah karena terkena pemukul kasti tetapi guru tersebut hanya membiarkan dan mendekati siswa tersebut agar tidak melanjutkan aktivitasnya jika sakit.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan saat observasi terdapat guru penjasorkes hanya mendapatkan ilmu mengenai pencegahan dan perawatan cedera saat masih kuliah sehingga beberapa guru saja yang mengaplikasikan kepada siswanya. Apabila ada siswa yang mengalami cedera guru tidak menangani langsung akan tetapi siswa langsung dibawa ke rumah sakit atau ke klinik untuk segera diobati. Beberapa guru kurang respon dalam menanggapi masalah cedera hal ini dikarenakan saat ada pelatihan PPPK hanya sebagian saja yang mengikutinya, selain itu beberapa guru yang sudah senior beranggapan jika terjadi cedera yang cukup parah merupakan hal yang biasa bagi anak sekolah dasar.

Hal ini merupakan masalah bagi guru penjasorkes di SD Kecamatan Wates dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes yang harus diatasi agar siswa tidak mengalami cedera. Kenyataan yang terjadi di lapangan bahwa ada sebagian guru yang kurang memperhatikan keselamatan siswanya sehingga dapat menyebabkan terjadinya cedera dalam

pembelajaran penjas. Seperti kondisi sarana dan prasarana yang belum memadai dan faktor yang mempengaruhi terjadinya cedera.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif tentang tingkat pemahaman guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Di SD N Se-Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo. Artinya dalam penelitian ini peneliti ingin menggambarkan seberapa baik tingkat pemahaman guru dalam pencegahan dan perawatan cedera saat pembelajaran pendidikan jasmani. Penelitian ini menggunakan metode survei.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 06 April 2017, yang bertempat di SD Mangunan Baru Wates Kulon Progo.

### **Subyek Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013: 119). Populasi dalam penelitian ini adalah guru penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo. Sedangkan subjek penelitian yaitu seluruh guru penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo.

## **Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Menurut Suharsimi Arikunto (1996:150) 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. Menurut (Sutrisno Hadi, 1991: 7) langkah yang harus di tempuh dalam menyusun instrumen yaitu:

#### **a. Mendefinisikan Konstrak**

Mendefinisikan konstrak adalah menjelaskan variabel yang akan diukur dalam penelitian. Dalam penelitian ini variabel yang diukur yaitu pemahaman guru penjasorkes dalam pencegahan dan

perawatan cedera untuk meminimalisir terjadi cedera pada proses pembelajaran penjas.

b. Menyidik Faktor

Menyidik faktor adalah tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang akan diteliti. Faktor-faktor meliputi hakikat cedera, pencegahan cedera dan perawatan cedera

c. Menyusun Butir-butir Pertanyaan.

Dalam menyusun butir pernyataan yang akan disusun mengenai cedera, pencegahan dan perawatan cedera. Sedangkan jumlah butir pertanyaan digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD N Se-Kecamatan Wates, Kabupaten Kulon Progo. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuisioner berupa soal pilihan ganda (*multiple choice*).

## 2. Uji Coba Instrumen

Sebelum instrumen di gunakan untuk alat ukur pengumpulan data, maka diperlukan uji instrumen untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman responden. Untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak, di lakukan langkah-langkah uji coba sebagai berikut :

a) Uji Validitas

Menurut Suharsimi (Arikunto, 2010: 96) validitas tes adalah tingkat suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang di teliti secara tepat. Menggunakan rumus korelasi yang di kenal dengan rumus korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{XY} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Untuk mengukur validitas alat atau instrumen, digunakan teknik korelasi produk moment sari karl pearson dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Kemudian setelah data uji coba terkumpul kemudian dianalisis dengan bantuan Komputer SPSS 16. Butir dikatakan valid apabila r hitung  $\geq$  r tabel. Untuk nilai r tabel dengan responden 10 orang adalah sebesar 0,632.

b) Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk di gunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum di uji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, penggunaan teknik *Alpha Cronbach* akan menunjukkan bahwa suatu instrumen dapat dikatakan handal (reliabel) bila memiliki koefisien reliabilitas atau alpha sebesar 0,6 atau lebih (Suharsimi Arikunto, 2006: 47). Setelah dilakukan ujicoba reliabilitas dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan adalah reliabel karena *Alpha Cronbach* lebih dari 0,6 yaitu sebesar 0,977.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah survei, pengumpulan data diperoleh dengan cara membagikan soal kepada guru pendidikan jasmani olahraga di SD N yang akan digunakan untuk penelitian, peneliti mendatangi pada saat kegiatan kelompok kerja guru (KKG) di Kecamatan Wates sehingga mempermudah untuk melakukan penelitian, setelah itu membagikan soal yang sudah disiapkan untuk diisi oleh guru penjasorkes.

Pada saat kegiatan KKG terdapat beberapa guru penjasorkes yang tidak hadir sehingga peneliti mendatangi sekolah kemudian menemui guru penjasorkes yang akan menjadi subjek dan menyerahkan soal tersebut untuk diisi, setelah itu hari berikutnya peneliti mengambil angket yang sudah selesai diisi dan meminta tanda tangan sebagai bukti penyelesaian pengerjaan soal tes pilihan ganda.

## Teknik Analisis Data

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan data statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data. Analisis tersebut untuk mengetahui seberapa baik pemahaman guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD N Se-Kecamatan Wates.

Untuk memperjelas proses analisis maka dilakukan pengkategorian. Pengkategorian tersebut menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut

Saifuddin Azwar (2010: 43) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala dapat dilihat pada tabel sebagai berikut

**Tabel 3. Norma Pengkategorian**

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Kurang Baik

Keterangan:

M : Nilai rata-rata (Mean)

X : Skor

SD : Stándar Deviasi

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk presentase. Menurut Sugiyono (2008:199) rumus untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) sebagai berikut:

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

Keterangan

P : Angka presentase

f : Jumlah frekuensi jawaban

N : Jumlah subyek (responden)

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Mangunan Baru Kecamatan Wates pada saat kegiatan KKG, pada tanggal 6 April 2017 pada pukul 10.30 WIB. Subjek dalam penelitian ini yaitu guru Penjasorkes SD N Se-Kecamatan Wates berjumlah 30 guru, tetapi dalam proses pengambilan data hanya berjumlah 29 guru dikarenakan 1 diantaranya sekolah tersebut belum ada guru penjasorkes dikarenakan sudah pensiun. Deskripsi data hasil penelitian ini diungkapkan dengan 38 soal pilihan ganda, dengan 3 faktor yaitu, faktor hakikat cedera, faktor pencegahan cedera dan perawatan cedera. Tingkat pemahaman guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera terhadap pembelajaran pendidikan jasmani di SD N Se-Kecamatan Wates Kabupaten Kulon Progo dideskripsikan berdasarkan jawaban guru atas angket yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase

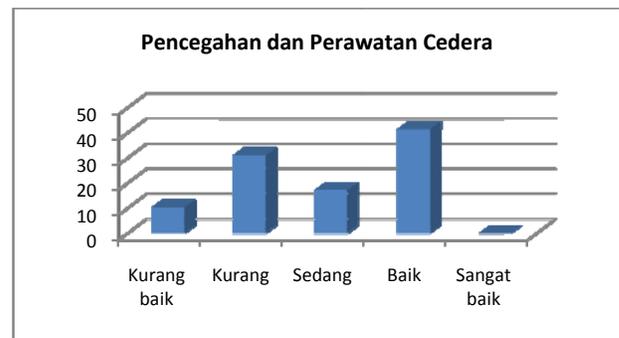
menggunakan bantuan komputer program SPSS 16.0 for windows. Dari analisis data pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera diperoleh rata-rata 31,86, dan standard deviasi (SD) 3,68.

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan penanganan cedera adalah sebagai berikut:

**Tabel 5. Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera**

No	Interval	Kategori	Frek	%
1	$37,38 < X$	Sangat Baik	0	0%
2	$33,7 \leq X \leq 37,38$	Baik	12	41,4 %
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang	5	17,2 %
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang	9	31,0 %
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Kurang Baik	3	10,3 %

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera yaitu sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berada pada kategori kurang baik sebesar 10,3% (3 guru), kategori “kurang” sebesar 31,0% (9 guru), kategori “sedang” sebesar 17,2% (5 guru), kategori “baik” sebesar 41,4% (12 guru), Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 31,86. Jadi dapat di simpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates termasuk dalam kategori baik.

Rincian mengenai pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera terbagi dalam tiga faktor, yaitu; (1) hakikat cedera, (2) pencegahan cedera, dan (3) perawatan cedera

### Faktor Cedera

Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan faktor hakikat cedera menghasilkan rata-rata 13,03, dan standar deviasi 1,88. Adapun tabel distribusi pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Hakikat Cedera, sebagai berikut:

**Tabel 6.** Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Cedera.

No	Interval	Kategori	Frek	%
1	$15,85 < X$	Sangat Baik	0	0 %
2	$13,97 < X \leq 15,85$	Baik	15	51,7 %
3	$12,09 < X \leq 13,97$	Sedang	3	10,3 %
4	$10,21 < X \leq 12,09$	Kurang	8	27,6 %
5	$X \leq 10,21$	Kurang Baik	3	10,3 %

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Hakikat Cedera yaitu sebagai berikut:



**Gambar 14.** Diagram Batang Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Hakikat Cedera berada pada kategori kurang baik sebesar 10,3% (3 guru), kategori “kurang” sebesar 27,6% (8 guru), kategori “sedang” sebesar 10,3% (3 guru), kategori “baik” sebesar 51,7% (15 guru). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 13,03. Jadi dapat di simpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman

Kecamatan Wates berdasarkan Faktor Hakikat Cedera termasuk dalam kategori baik.

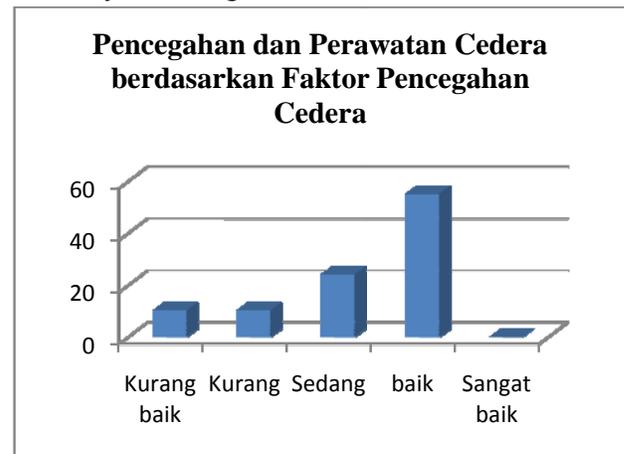
### Faktor Pencegahan Cedera

Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan faktor pencegahan cedera menghasilkan rata-rata 9,24, dan standar deviasi 1,02. Adapun tabel distribusi pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera, sebagai berikut:

**Tabel 7.** Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera.

No	Interval	Kategori	Frek	%
1	$10,77 < X$	Sangat Baik	0	0 %
2	$9,75 < X \leq 10,77$	Baik	16	55,2 %
3	$8,73 < X \leq 9,75$	Sedang	7	24,1 %
4	$7,71 < X \leq 8,73$	Kurang	3	10,3 %
5	$X \leq 7,71$	Kurang Baik	3	10,3 %

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera yaitu sebagai berikut:



**Gambar 15.** Diagram Batang Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera berada pada kategori kurang baik sebesar 10,3% (3 guru), kategori “kurang” sebesar 10,3% (3 guru), kategori “sedang” sebesar 24,1% (7 guru), kategori “baik”

nilai rata-rata yaitu 9,24. Jadi dapat di simpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera termasuk dalam kategori baik.

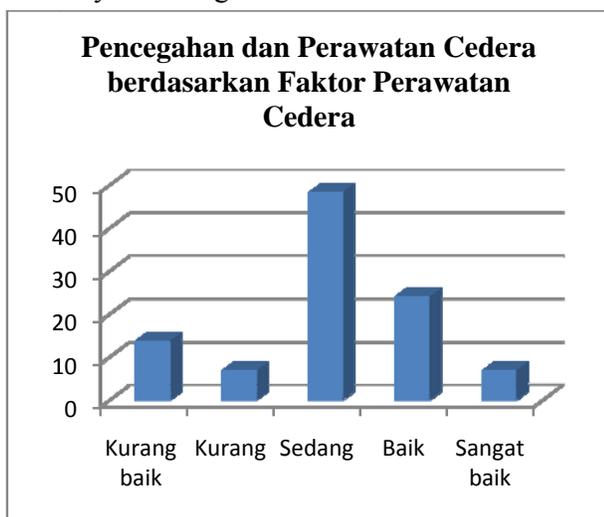
### Faktor perawatan cedera

Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera menghasilkan rata-rata 8,66, dan standar deviasi 1,47. Adapun tabel distribusi pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera, sebagai berikut:

**Tabel 8.** Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera.

No	Interval	Kategori	Frek	%
1	$10,86 < X$	Sangat Baik	2	6,9 %
2	$9,39 < X \leq 10,86$	Baik	7	24,1 %
3	$7,92 < X \leq 9,39$	Sedang	14	48,3 %
4	$6,45 < X \leq 7,92$	Kurang	2	6,9 %
5	$X \leq 6,45$	Kurang Baik	4	13,8 %

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera yaitu sebagai berikut:



Gambar 16. Diagram Batang Pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan Faktor Perawatan Cedera.

Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates

berdasarkan Faktor Perawatan Cedera berada pada kategori kurang baik sebesar 13,8% (4 guru), kategori “kurang” sebesar 6,9% (2 guru), kategori “sedang” sebesar 48,3% (14 guru), kategori “baik” sebesar 24,1% (7 guru), dan ketegori “sangat baik” sebesar 6,9% (2 guru). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 8,66. Jadi dapat di simpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates berdasarkan Faktor Perawatan Cedera termasuk dalam kategori sedang.

### Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera terbagi dalam tiga faktor, yaitu: (1) hakikat cedera, (2) pencegahan cedera, dan (3) perawatan cedera.

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera berada pada kategori kurang baik sebesar 10,3% (3 guru), kategori “kurang” sebesar 31,0% (9 guru), kategori “sedang” sebesar 17,2% (5 guru), kategori “baik” sebesar 41,4% (12 guru), Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 31,86. Jadi dapat di simpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates termasuk dalam kategori baik.

Berdasarkan data tersebut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera, yaitu; (1) latar belakang pendidikan guru pendidikan jasmani, (2) kondisi sekolah, (3) persepsi guru penjasorkes mengenai pencegahan dan perawatan cedera.

Dengan sampel sejumlah 29 guru Penjasorkes Sekolah Dasar terdapat 10 guru yang berlatar belakang D2 (Diploma-2) pendidikan jasmani, 16 guru penjasorkes yang berlatar belakang S1 pendidikan jasmani, dan 3 guru penjasorkes yang berlatar belakang dari jurusan PBB dan 1 BK. Hal ini dibuktikan dengan data yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti yaitu terdapat 3 guru yang berada pada kategori “kurang baik”. Pernyataan ini dibuktikan dari hasil penelitian yang ternyata mendapatkan hasil kurang baik adalah guru yang mempunyai latar belakang dari jurusan yang berbeda.

Selanjutnya berdasarkan kondisi Sekolah

Dasar yang berada di perkotaan guru penjasorkes lebih memperdulikan hal-hal mengenai perawatan cedera, hal ini dikarenakan dari pihak sekolah sendiri memfasilitasi peralatan PPPK (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) dan UKS, sedangkan sekolah dasar yang berada pada pedesaan atau terletak pada daerah yang jauh dari pusat kota guru penjasorkes cenderung kurang peduli terhadap hal-hal mengenai perawatan cedera, dikarenakan fasilitas yang ada dari sekolah kurang memadai, PPPK yang kurang dan UKS seadanya bahkan masih ada sekolah yang tidak memiliki UKS. Hal ini dibuktikan dengan data yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti yaitu 4 sekolah dasar yang kurang mendukung adanya peralatan PPPK. Menurut data yang diperoleh peneliti, terdapat beberapa guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates cenderung belum berusaha memperdalam mengenai pengetahuan dan keterampilan dalam P3K. Hal ini banyak ditemui pada guru penjasorkes yang memiliki usia lebih senior. Bahkan peneliti menemukan fakta yang terjadi di lapangan bahwa terdapat guru penjasorkes yang mempunyai persepsi bahwa pembelajaran penjas cukup dengan menyampaikan materi penjas pada siswa dan tidak terlalu memperdulikan hal-hal mengenai pencegahan dan perawatan cedera, beberapa guru tersebut beranggapan apabila terjadi cedera pada siswa saat pembelajaran penjas penanganannya langsung diserahkan pada tenaga medis terdekat dalam hal ini puskesmas.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, dapat dideskripsikan pemahaman guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Wates tentang pencegahan dan perawatan cedera sebagai berikut, kategori kurang baik sebesar 10,3% (3 guru), kategori “kurang” sebesar 31,0% (9 guru), kategori “sedang” sebesar 17,2% (5 guru), kategori “baik” sebesar 41,4% (12 guru).

### Saran

- a. Bagi guru, sangat diharapkan untuk lebih meningkatkan lagi pemahaman tentang pencegahan dan perawatan cedera agar pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dapat berlangsung dengan lancar.
- b. Bagi pihak sekolah, sangat diharapkan untuk melakukan pengadaan alat-alat pertolongan dini untuk perawatan cedera seperti kotak PPPK,

sehingga dapat dilakukan perawatan dini apabila terjadi cedera pada saat pembelajaran penjas sehingga proses pembelajaran tetap dapat berjalan dengan lancar dan mendapatkan hasil pembelajaran penjas yang optimal.

## DAFTAR PUSTAKAs

- Dunkin, M.A. (2004). ”*Sport Injuries*”
- Muchtamadji. (2004). Pendidikan Keselamatan: Konsep dan Penerapan . Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga
- Saifudin Azwar. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (SD/MI)*. Jakarta: Litera
- Sugiyono. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR
- Suharsimi Arikunto. (1996). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suharto. (2001). *Pedoman Penyelenggaraan dan Modul Pendidikan Keterampilan Hidup Sehat*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset.