

PENGETAHUAN GURU PENDIDIKAN JASMANI TENTANG PENANGANAN DINI CEDERA OLAHRAGA DENGAN METODE *Protect Rest Ice Compression Elevation Support (PRICES)* DI SMA/MA NEGERI SE-KABUPATEN KULON PROGO TAHUN 2017

KNOWLEDGE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHER ON FIRST AID OF SPORT INJURY WITH PROTECT REST ICE COMPRESSION ELEVATION SUPPORT (PRICES) METHOD IN SMA/ MA NEGERI IN KULON PROGO DISTRICT IN 2017

Oleh : Yuliana Tri Susanti, fik uny
yulianatrisusantii@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo tahun 2017. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan teknik pengumpulan data menggunakan metode survei. Instrumen penelitian menggunakan tes pengetahuan dalam bentuk benar-salah. Populasi dalam penelitian ini adalah guru Pendidikan Jasmani di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo sebanyak 24 orang. Teknik analisis data menggunakan deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: kategori sangat tinggi sebesar 12,5% (3 orang), kategori tinggi sebesar 37,5% (9 orang), kategori sedang sebesar 45,83% (11 orang), kategori rendah sebesar 4,17% (1 orang) dan kategori sangat rendah sebesar 0%. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES (Protect Rest Ice Compression Elevation Support)* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo sebagian besar masuk kategori sedang.

Kata kunci: Pengetahuan, Guru Pendidikan Jasmani, Cedera Olahraga, Metode *PRICES*

Abstract

The research aims at figuring out the knowledge of physical education teacher on the first aid of sport injury with PRICES method in SMA / MA Negeri (State Senior High School) in Kulon Progo District in 2017. This research was descriptive research, with data collection technique using survey method. The research instrument used was the knowledge test in true- false form. The population of the research was teachers of Physical Education in SMA / MA Negeri in Kulon Progo District of 24 teachers. The data analysis technique was conducted by descriptive with percentage. The results indicate that: very high category is 12.5% (3 teachers); high category 37.5% (9 teachers), medium category 45.83% (11 teachers), low category 4.17% (1 teacher) and very low category 0%. The results can be concluded that the knowledge of physical education teachers on first aid of sport injury with PRICES (Protect Rest Ice Compression Elevation Support) method in SMA / MA Negeri in Kulon Progo District is mostly in the medium category.

Keywords: Knowledge, Physical Education Teacher, Sport Injury, *PRICES* Method

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani sangat penting bagi siswa usia Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Atas, karena pendidikan jasmani dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan siswa. Pendidikan jasmani di sekolah diharapkan dapat membantu siswa mengoptimalkan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya dengan baik serta mulai menunjukkan pola hidup yang sehat. Pendidikan jasmani apabila dilaksanakan sampai usia dewasa, maka siswa diharapkan dapat memiliki kebugaran jasmani dan keterampilan gerak yang baik, namun apabila pendidikan jasmani tidak dilaksanakan secara tepat dan sarana prasarana yang belum layak, maka dapat mengakibatkan cedera.

Cedera dapat dialami oleh semua orang yang melakukan aktivitas dengan berat dan berlebih ataupun kesalahan gerak tubuh saat melakukan aktivitas sehari-hari atau olahraga. Adapun faktor yang menyebabkan cedera yaitu: (1) faktor internal diantaranya kondisi fisik, beban berlebih, koordinasi gerakan yang salah, ketidakseimbangan otot, postur tubuh (*malalignment*), kurangnya pemanasan, (2) faktor eksternal diantaranya karena sarana dan prasarana olahraga, serta olahraga yang mempunyai unsur *body contact* dan (3) *over use* akibat penggunaan otot berlebihan atau terlalu lelah (Wibowo, 1995: 13).

Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan siswa mengalami cedera dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani diharuskan memiliki pengetahuan terhadap cara menangani cedera tersebut, akan tetapi pada kenyataannya saat siswa mengalami cedera di lapangan, guru tidak langsung tanggap terhadap cedera yang dialami oleh siswa tersebut. Hal itu menyebabkan cedera yang seharusnya dapat ditangani bisa menjadi semakin parah.

Guru pendidikan jasmani di sekolah saat ini memegang peranan penting di bidang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Guru pendidikan jasmani mempunyai kewajiban penuh terhadap siswa yang mengalami cedera pada saat proses

pembelajaran pendidikan jasmani maupun di luar proses pembelajaran pendidikan jasmani, yaitu saat di luar kelas ataupun saat siswa melakukan aktivitas di lingkungan sekolah. Guru pendidikan jasmani dari Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) tentunya sudah dibekali cara penanganan cedera melalui mata kuliah Pencegahan Perawatan Cedera (PPC).

Cedera yang sering terjadi dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah memar akibat benturan. Saat siswa mengalami memar akibat benturan, beberapa guru memberikan pertolongan pertama di lapangan dengan menggunakan balsem panas atau minyak panas. Ada kasus lain yang terjadi selain memar akibat benturan pada siswa, misalnya pada saat pembelajaran sepak bola siswa tidak menggunakan sepatu khusus sepak bola yang mengakibatkan siswa bisa mengalami keseleo. Guru memberikan penanganan pertama dengan langsung melakukan pembalutan pada bagian yang mengalami cedera. Hal tersebut di atas pernah terjadi ketika sedang melakukan observasi pada salah satu SMA di kabupaten Kulon Progo.

Cedera yang terjadi harusnya diberi penanganan yang tepat, apabila tidak tepat dapat menyebabkan cedera bertambah parah. Penanganan cedera di atas merupakan contoh penanganan yang tidak tepat. Penanganan pada kasus pertama dengan menggunakan balsem panas atau minyak panas tidak tepat karena seharusnya dengan menggunakan kompres es. Penanganan pada kasus kedua dengan menggunakan pembalutan pada bagian kaki yang mengalami keseleo juga tidak tepat karena seharusnya diberikan kompres es terlebih dahulu untuk mengurangi rasa nyeri maupun pembengkakan, lalu setelah di kompres baru dilakukan pembalutan. Penanganan pertama dari guru sangat berpengaruh dikarenakan penanganan yang salah akan memperparah cedera. Guru pendidikan jasmani sebagai seseorang yang dibekali ilmu kesehatan diharapkan dapat memberikan pertolongan yang tepat jika kemungkinan terjadi cedera pada siswa.

Beberapa guru pendidikan jasmani selain memberikan penanganan cedera yang belum

tepat, ada juga penanganan yang belum terlaksana dalam mengatasi cedera contohnya yaitu *ice* (kompres es). Penanganan kompres es tersebut tidak dilaksanakan karena es tidak langsung tersedia di UKS dan guru kurang terampil dalam menangani karena jarang terjadi cedera. Kompres es pada bagian cedera sangat penting karena dapat membantu menghentikan perdarahan dan mengurangi rasa nyeri, namun pada kenyataannya ada beberapa guru yang menangani cedera langsung melakukan *compression* (balut tekan), setelah siswa mengalami cedera diistirahatkan sebentar lalu bagian yang mengalami cedera dilakukan pembalutan. Ada juga sekolah di mana siswa ketika mengalami cedera tidak ditangani oleh guru pendidikan jasmani melainkan dibawa ke UKS untuk dilakukan penanganan oleh petugas Palang Merah Remaja (PMR).

Penanganan cedera pada masa dini sangat signifikan fungsinya sebagai faktor penentu lamanya proses kesembuhan penderita yang mengalami cedera tersebut. Apabila ada tindakan pertolongan pertama yang salah, maka akan berakibat pada proses penyembuhan cedera yang berlangsung lama. Usaha yang dilakukan untuk menangani cedera dini, menggunakan prinsip tindakan Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) dengan metode *Protect Rest Ice Compression Elevation Support*.

Tindakan *PRICES* merupakan tindakan penanganan yang komponennya mempunyai peranan masing-masing dan mempunyai fungsi yang berbeda sehingga saling melengkapi untuk penanganan cedera yang terjadi, namun saat dilakukan observasi beberapa guru masih kurang mengetahui tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES*. Pandangan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga masih mengenai metode *RICE*. Metode *RICE* adalah penanganan dini cedera olahraga yang sudah diterapkan sejak lama dan merupakan penanganan yang mudah dilakukan, kemudian metode itu dikembangkan oleh Tim Bantuan Medis BEM IKM FKUI pada tahun 2015 dengan membuat modul penanganan cedera olahraga menggunakan metode *PRICES*. *PRICES* adalah tindakan penanganan cedera yang

lebih lengkap yaitu dengan dilakukan tindakan mencegah atau melindungi cedera dari lingkungan pembelajaran kemudian tindakan *RICE* serta tindakan dukungan atau tindakan pemulihan cedera agar cedera tidak berulang. Metode ini biasanya dilakukan pada kasus *sprain* dan *strain*. *PRICES* tidak boleh dilakukan pada kram otot, patah tulang terbuka, luka terbuka pada kulit, dan korban yang alergi dingin (BEM IKM FKUI, 2015: 7).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berpendapat bahwa apabila guru pendidikan jasmani memiliki pengetahuan yang luas tentang penanganan dini cedera olahraga, maka guru dapat menangani kemungkinan cedera yang terjadi pada siswa dan dapat meminimalisir cedera tersebut agar tidak bertambah parah dikarenakan penanganan yang tepat. Peneliti juga berharap guru pendidikan jasmani dapat memberikan penanganan dini cedera yang terjadi pada siswa dengan tepat dan benar agar cedera yang terjadi tidak menjadi lebih parah. Selain itu, apabila siswa benar-benar mengalami cedera yang parah dan mengharuskan untuk dibawa ke rumah sakit, guru juga dapat mempermudah pihak rumah sakit dalam memberikan pertolongan pertama sehingga cedera yang terjadi pada siswa tersebut tidak menjadi fatal. Untuk itu, perlu diadakan penelitian yang berguna untuk mengetahui tingkat pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* di SMA Negeri dan MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif menurut Arikunto (2006: 194) dimaksudkan “untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala menurut keadaan apa adanya pada saat penelitian dilakukan. Pengumpulan data pada penelitian menggunakan metode survei, sehingga disebut juga dengan penelitian survei”.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri dan MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September sampai bulan Oktober 2017.

Target/Subjek Penelitian

Populasi menurut Arikunto (2006: 173) adalah keseluruhan subyek penelitian. Sampel adalah sebagian dari populasi (Sugiyono, 2015: 215). Sampel dalam penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani SMA Negeri dan MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo yang berjumlah 24 orang dari 14 sekolah, karena keseluruhan populasi dijadikan sampel sehingga teknik sampel adalah *total sampling*.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

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 (Arikunto, 2006: 195). Keberhasilan suatu penelitian banyak ditentukan oleh instrumen yang digunakan, sebab data yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji hipotesis melalui instrumen tersebut. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes pengetahuan dalam bentuk benar-salah.

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data menggunakan angket. Cara pengambilan data dengan:

- a. Peneliti memberikan angket kepada responden dan menjelaskan cara mengisi angket.
- b. Responden mengisi angket yang diberikan dengan memberikan tanda *checklist* (√) pada kolom yang telah disediakan.
- c. Angket dikembalikan kepada peneliti setelah diisi oleh responden.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif dengan persentase. Untuk memudahkan proses analisis dilakukan dengan suatu kriteria atau patokan.

Kriteria yang dimaksud menurut Arifin (2016: 235) adalah suatu tingkat pengalaman belajar yang diharapkan tercapai sesudah selesai kegiatan belajar atau sejumlah kompetensi dasar yang telah ditetapkan terlebih dahulu sebelum kegiatan belajar berlangsung. Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah 100%. Adapun pedoman konversi yang digunakan dalam mengubah skor mentah menjadi skor standar pada norma absolut skala lima adalah (Arifin, 2016: 236):

Tabel 1. Pedoman Konversi

No	Tingkat Penguasaan	Kategori
1.	90% - 100%	Sangat Tinggi
2.	80% - 89%	Tinggi
3.	70% - 79%	Sedang
4.	60% - 69%	Rendah
5.	> 59%	Sangat Rendah

Setelah dilakukan konversi maka dilakukan penghitungan persentase perolehan tiap-tiap kategori dengan rumus Sudijono (2000: 43) sebagai berikut:

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

Keterangan:

- P : Persentase yang dicari
 F : Frekuensi
 N : *Number of Case* (jumlah individu)

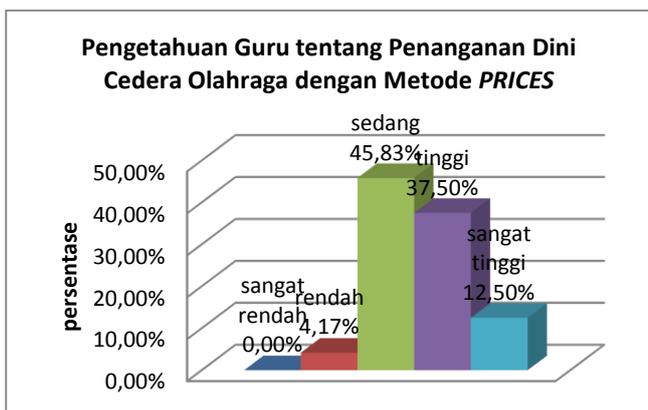
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo Tahun 2017 secara keseluruhan diukur dengan angket yang berjumlah 52 butir pertanyaan, sehingga dengan rentang skor 0 – 1. diperoleh nilai maksimum = 47, nilai minimum = 31, rata-rata = 41,05; nilai tengah = 43; nilai yang sering muncul = 45; dengan simpang baku = 4,51.

Tabel 2. Deskripsi Hasil Penelitian Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani tentang Penanganan Dini Cedera Olahraga dengan Metode *PRICES*

Tingkat Penguasaan	Kategori	Frekuensi	%
46,8 - 52	Sangat Tinggi	3	12,5
41,6 – 46,28	Tinggi	9	37,5
36,4 – 41,08	Sedang	11	45,83
31,2 – 35,88	Rendah	1	4,17
> 30,68	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		24	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani tentang Penanganan Dini Cedera Olahraga dengan Metode *PRICES*

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo Tahun 2017 yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 12,5% (3 orang), kategori tinggi sebesar 37,5% (9 orang), kategori sedang sebesar 45,83% (11 orang), kategori rendah sebesar 4,17% (1 orang) dan kategori sangat rendah sebesar 0%. Hasil tersebut diartikan pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo adalah sebagian besar

masuk kategori sedang. Hasil pengetahuan guru tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* dalam penelitian ini didasarkan pada faktor mengingat, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, dan mengevaluasi.

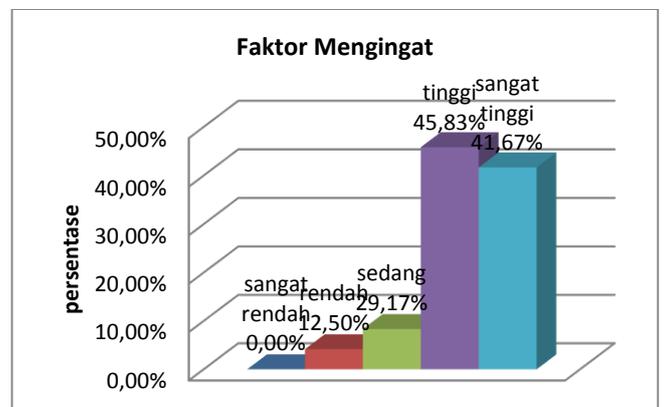
1. Faktor Mengingat

Pengetahuan guru berdasarkan faktor mengingat diukur dengan butir pertanyaan sebanyak 10 butir, sehingga dengan rentang skor 0 – 1, diperoleh nilai maksimum = 10, nilai minimum = 6, rata-rata = 8,33; nilai tengah = 8; nilai yang sering muncul = 8; dengan simpang baku = 0,91.

Tabel 3. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Mengingat

Tingkat Penguasaan	Kategori	Frekuensi	%
9 – 10	Sangat Tinggi	10	41,67
8 – 8,9	Tinggi	11	45,83
7 – 7,9	Sedang	2	8,33
6 – 6,9	Rendah	1	4,17
> 5,9	Sangat Rendah	0	0
Jumlah		24	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Faktor Mengingat

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor mengingat yang masuk pada kategori sangat

tinggi sebesar 12,5% (3 orang), kategori tinggi sebesar 45,83% (11 orang), kategori sedang sebesar 29,17% (7 orang), kategori rendah sebesar 12,5% (3 orang) dan kategori sangat rendah sebesar 0%.

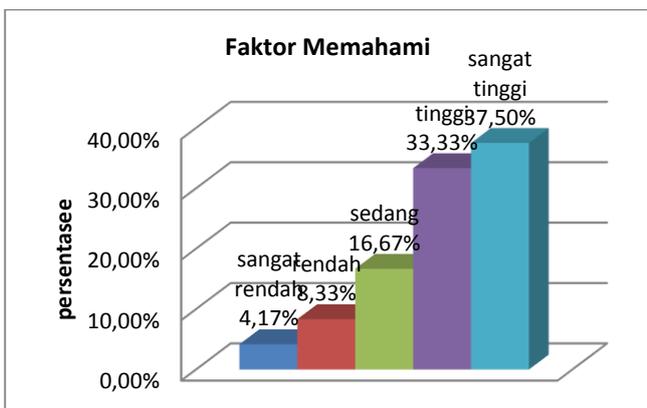
2. Faktor Memahami

Pengetahuan guru berdasarkan faktor memahami diukur dengan butir pertanyaan sebanyak 10 butir, sehingga dengan rentang skor 0 – 1, diperoleh nilai maksimum = 10, nilai minimum = 7, rata-rata = 8; nilai tengah = 9; nilai yang sering muncul = 9; dengan simpang baku = 1,25.

Tabel 4. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Memahami

Tingkat Penguasaan	Kategori	Frekuensi	%
9 – 10	Sangat Tinggi	9	37,5
8 – 8,9	Tinggi	8	33,33
7 – 7,9	Sedang	4	16,67
6 – 6,9	Rendah	2	8,33
> 5,9	Sangat Rendah	1	4,17
Jumlah		24	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Faktor Memahami

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor memahami yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 37,5% (9 orang), kategori tinggi

sebesar 33,33% (8 orang), kategori sedang sebesar 16,67% (4 orang), kategori rendah sebesar 8,33% (2 orang) dan kategori sangat rendah sebesar 4,17% (1 orang).

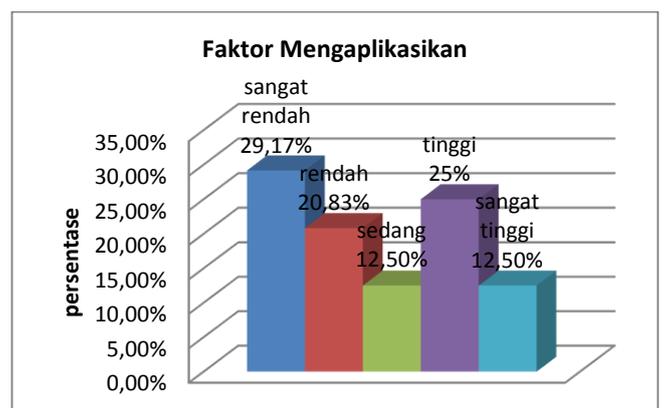
3. Faktor Mengaplikasikan

Pengetahuan guru berdasarkan faktor mengaplikasikan diukur dengan butir pertanyaan sebanyak 11 butir, sehingga dengan rentang skor 0 – 1, diperoleh nilai maksimum = 10, nilai minimum = 5, rata-rata = 7,54; nilai tengah = 7,5; nilai yang sering muncul = 9; dengan simpang baku = 1,69.

Tabel 5. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Mengaplikasikan

Tingkat Penguasaan	Kategori	Frekuensi	%
9,9 - 11	Sangat Tinggi	3	12,5
8,8 – 9,79	Tinggi	6	25
7,7 – 8,69	Sedang	3	12,5
6,6 – 7,59	Rendah	5	20,83
> 6,49	Sangat Rendah	7	29,17
Jumlah		24	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Faktor Mengaplikasikan

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor mengaplikasikan yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 12,5% (3 orang), kategori tinggi sebesar 25% (6 orang), kategori sedang

sebesar 12,5% (3 orang), kategori rendah sebesar 20,83% (5 orang) dan kategori sangat rendah sebesar 29,17% (7 orang).

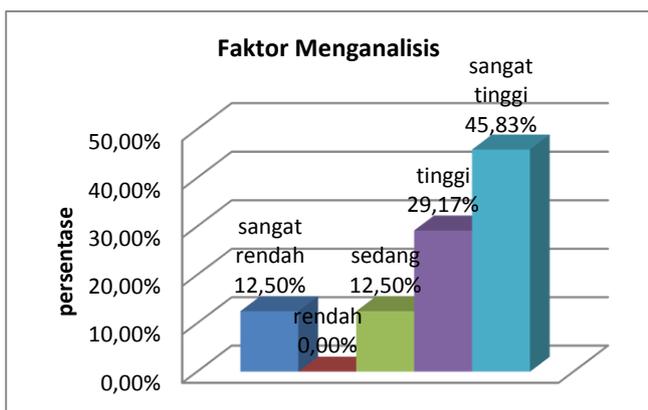
4. Faktor Menganalisis

Pengetahuan guru berdasarkan faktor menganalisis diukur dengan butir pertanyaan sebanyak 11 butir, sehingga dengan rentang skor 0 – 1, diperoleh nilai maksimum = 11, nilai minimum = 5, rata-rata = 9; nilai tengah = 9; nilai yang sering muncul = 10; dengan simpang baku = 1,13.

Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Menganalisis

Tingkat Penguasaan	Kategori	Frekuensi	%
9,9 - 11	Sangat Tinggi	11	45,83
8,8 – 9,79	Tinggi	7	29,17
7,7 – 8,69	Sedang	3	12,5
6,6 – 7,59	Rendah	0	0
> 6,49	Sangat Rendah	3	12,5
Jumlah		24	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 5. Faktor Menganalisis

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor menganalisis yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 45,83% (11 orang), kategori tinggi sebesar 29,17 % (7 orang), kategori sedang sebesar 12,5% (3 orang), kategori rendah sebesar

0% dan kategori sangat rendah sebesar 12,5% (3 orang).

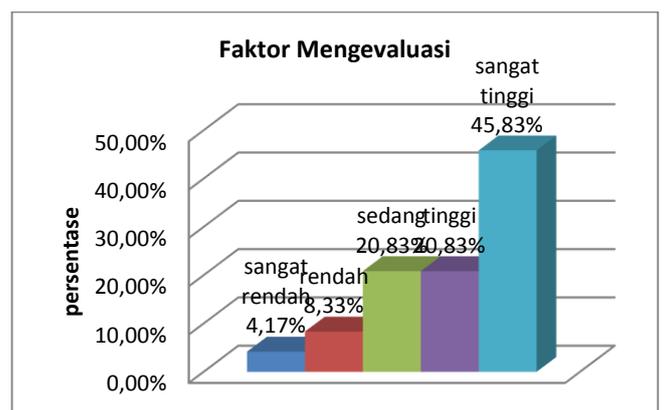
5. Faktor Mengevaluasi

Pengetahuan guru berdasarkan faktor mengevaluasi diukur dengan butir pertanyaan sebanyak 10 butir, sehingga dengan rentang skor 0 – 1, diperoleh nilai maksimum = 10, nilai minimum = 5, rata-rata = 8,16; nilai tengah = 8; nilai yang sering muncul = 9; dengan simpang baku = 1,03.

Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Faktor Mengevaluasi

Tingkat Penguasaan	Kategori	Frekuensi	%
9 – 10	Sangat Tinggi	11	45,83
8 – 8,9	Tinggi	5	20,83
7 – 7,9	Sedang	5	20,83
6 – 6,9	Rendah	2	8,33
> 5,9	Sangat Rendah	1	4,17
Jumlah		24	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 6. Faktor Mengevaluasi

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor mengevaluasi yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 45,83% (11 orang), kategori tinggi sebesar 20,83% (5 orang), kategori sedang sebesar 20,83% (5 orang), kategori rendah

sebesar 8,33% (2 orang) dan kategori sangat rendah sebesar 4,17% (1 orang).

Pembahasan

Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang lebih banyak pada praktek di lapangan. Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani seorang siswa sangat rentan untuk mengalami cedera pada anggota badan. Oleh karena itu cedera yang terjadi pada saat berolahraga harus mendapatkan perhatian yang lebih, dengan memberikan penanganan yang tepat dan sesuai cedera yang dialami. Hal penting dalam penanganan cedera adalah dengan evaluasi awal terhadap keadaan umum siswa yang cedera, untuk menentukan apakah ada keadaan yang mengancam kelangsungan hidupnya.

Melihat hal tersebut dibutuhkan pengetahuan yang baik oleh seorang guru pendidikan jasmani untuk mengetahui dan memahami mengenai metode penanganan cedera. Pengetahuan pada dasarnya merupakan hasil dari tahu yang bisa berasal dari pengalaman pribadi maupun berhubungan dengan lingkungan sosial dan terjadi setelah menggunakan penginderaan tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2007: 11).

Seorang guru pendidikan jasmani harus mengetahui cara penanganan cedera yang terjadi pada siswa, oleh karena itu guru harus mempunyai pengetahuan dan pemahaman dalam menangani cedera. Berdasarkan hasil penelitian diketahui pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 12,5% (3 orang), kategori tinggi sebesar 37,5% (9 orang), kategori sedang sebesar 45,83% (11 orang), kategori rendah sebesar 4,17% (1 orang), dan kategori sangat rendah sebesar 0%. Hasil tersebut diartikan bahwa pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES* sebagian besar masuk kategori sedang.

Penanganan menggunakan prinsip *PRICES* merupakan penanganan dini yang cepat, tepat dan aman terhadap reaksi peradangan pada cedera. Cara yang dilakukan yaitu dengan memberikan proteksi, mengistirahatkan, memberikan es, penerapan balut tekan, meninggikan posisi cedera, dan dukungan.

Hasil tersebut dapat diartikan bahwa sebagian besar guru pendidikan jasmani di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo sudah cukup mempunyai pengetahuan yang tinggi dalam menangani cedera khususnya dengan prinsip *PRICES*. Banyak cara yang perlu dilakukan untuk menangani cedera, penanganan yang tepat harus dilakukan guru salah satunya dengan metode *PRICES*. Akan tetapi melihat hasil penelitian, prakteknya di lapangan masih ada juga beberapa guru yang belum mampu mengaplikasikan prinsip penanganan dini cedera, hal tersebut dapat dilihat dari faktor mengaplikasikan yang sebagian besar rendah dan sangat rendah.

Penyebab guru tidak mampu menangani cedera dengan tepat dikarenakan selama ini guru memperoleh pengetahuan penanganan cedera hanya berdasarkan melihat buku, sehingga hal tersebut dirasa masih belum cukup untuk meningkatkan pengetahuan. Pengalaman dan keterampilan yang kurang juga menjadi penyebab guru tidak mampu menangani cedera yang terjadi. Untuk itu guru perlu mencari referensi yang lebih banyak lagi, menambah pengalaman dan meningkatkan keterampilan mengenai penanganan terhadap cedera yang terjadi.

1. Pengetahuan Mengingat

Hasil penelitian diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor mengingat yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 41,67%, kategori tinggi sebesar 45,83%, kategori sedang sebesar 8,33%, kategori rendah sebesar 4,17% dan kategori sangat rendah sebesar 0%.

Berdasarkan hasil tersebut diartikan bahwa pengetahuan guru berdasarkan pada faktor mengingat sebagian besar adalah tinggi. Mengingat merupakan mengambil pengetahuan yang dibutuhkan dari memori jangka panjang. Pengetahuan yang dibutuhkan ini boleh jadi

pengetahuan *factual*, *konseptual*, *prosedural*, atau *metakognitif*, atau kombinasi dari beberapa pengetahuan ini (Bloom dalam Anderson dan Krathwohl, 2010: 99). Hasil penelitian tersebut diartikan guru mempunyai kemampuan dalam mengingat materi penanganan cedera dengan metode *PRICES*. Pengetahuan tersebut ditunjukkan dengan guru mampu menjelaskan pengertian penanganan cedera dengan metode *PRICES* dan mampu menerangkan secara jelas dan runtut cara penanganan cedera dengan metode *PRICES*.

2. Pengetahuan Memahami

Hasil penelitian diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor memahami yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 37,5%, kategori tinggi sebesar 33,33%, kategori sedang sebesar 16,67%, kategori rendah sebesar 8,33% dan kategori sangat rendah sebesar 4,17%.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diartikan pengetahuan guru berdasarkan faktor memahami adalah sangat tinggi. Memahami artinya guru mampu memahami dalam menghubungkan pengetahuan baru dan pengetahuan lama. Lebih tepatnya, pengetahuan yang baru masuk dipadukan dengan skema-skema dan kerangka-kerangka kognitif, pengetahuan konseptual menjadi dasar memahami (Bloom dalam Anderson dan Krathwohl, 2010: 106). Hasil tersebut diartikan bahwa guru mampu menghubungkan pengetahuan lama yaitu penanganan cedera metode *RICE* dengan pengetahuan baru yaitu penanganan cedera dengan metode *PRICES*.

3. Pengetahuan Mengaplikasikan

Hasil penelitian diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor mengaplikasikan yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 12,5%, kategori tinggi sebesar 25%, kategori sedang sebesar 12,5%, kategori rendah sebesar 20,83% dan kategori sangat rendah sebesar 29,17%.

Berdasarkan hasil tersebut diartikan pengetahuan guru berdasarkan faktor mengaplikasikan adalah sangat rendah. Mengaplikasikan merupakan penggunaan prosedur-prosedur tertentu untuk mengerjakan

soal-soal latihan atau menyelesaikan masalah (Bloom dalam Anderson dan Krathwohl, 2010: 116). Hasil penelitian tersebut diartikan bahwa guru mempunyai kemampuan yang sangat rendah dalam melakukan dan mempraktikkan pelaksanaan penanganan cedera dengan metode *PRICES*. Guru tidak mampu mengaplikasikan prinsip penanganan dini cedera olahraga yang terjadi dengan metode tersebut. Hal ini ditunjukkan dengan guru memberikan penanganan yang tidak tepat pada siswa yang mengalami cedera seperti memar dan keseleo.

4. Pengetahuan Menganalisis

Hasil penelitian diketahui pengetahuan guru berdasarkan faktor menganalisis yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 45,83%, kategori tinggi sebesar 29,17%, kategori sedang sebesar 12,5%, kategori rendah sebesar 0% dan kategori sangat rendah sebesar 12,5%.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diartikan pengetahuan guru berdasarkan faktor menganalisis adalah sangat tinggi. Menganalisis merupakan proses memecah-mecah materi menjadi bagian-bagian kecil dan menentukan bagaimana hubungan antar bagian dan antara setiap bagian dan struktur keseluruhannya (Bloom dalam Anderson dan Krathwohl, 2010: 120). Hasil penelitian tersebut diartikan bahwa guru mampu melaksanakan penanganan cedera menggunakan metode *PRICES* dengan sangat baik. Selain itu guru mampu menerangkan dan memberi pengetahuan kepada siswa, mengenai penanganan cedera dengan metode *PRICES*, secara bagian dan keseluruhan, sehingga dapat diterapkan dengan baik

5. Pengetahuan Mengevaluasi

Hasil penelitian diketahui tingkat pengetahuan guru berdasarkan faktor mengevaluasi yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 45,83%, kategori tinggi sebesar 20,83%, kategori sedang sebesar 20,83%, kategori rendah sebesar 8,33% dan kategori sangat rendah sebesar 4,17%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diartikan pengetahuan guru berdasarkan faktor mengevaluasi adalah tinggi. Mengevaluasi adalah membuat keputusan

berdasarkan kriteria dan standar. kriteria-kriteria yang paling sering digunakan adalah kualitas, efektivitas, efisiensi, dan konsistensi (Bloom dalam Anderson dan Krathwohl, 2010: 125).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES (Protect Rest Ice Compression Elevation Support)* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo Tahun 2017 yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 12,5%, kategori tinggi sebesar 37,5%, kategori sedang sebesar 45,83%, kategori rendah sebesar 4,17% dan kategori sangat rendah sebesar 0%. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES (Protect Rest Ice Compression Elevation Support)* di SMA/MA Negeri se-Kabupaten Kulon Progo sebagian besar masuk kategori sedang.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan yaitu :

1. Bagi guru yang masih mempunyai pengetahuan kurang dan kurang sekali mengenai penanganan dini cedera olahraga dengan metode *PRICES*, dapat lebih menggali lagi bahan pengetahuan dari internet atau membaca buku mengenai penanganan cedera.
2. Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan mengenai pengetahuan guru pendidikan jasmani tentang penanganan dini cedera.

3. Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya melakukan penelitian tentang penerapan penanganan cedera yang dilakukan oleh guru dan hasil ini dapat dijadikan pedoman penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, L.W & Krathwohl, D.R. (2010). *Kerangka Landasan untuk Pembelajaran, Pengajaran dan Asesmen*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Arifin, Z. (2016). *Evaluasi Pembelajaran Prinsip, Teknik, dan Prosedur*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- BEM IKM FKUI. (2015). *Modul Penanganan Cedera*. Diakses tanggal 6 Februari 2017 dari <http://tbmfkui.org/wp-content/uploads/2015/08/Modul-Penanganan-Cedera-Olahraga-TBM-BEM-IKM-FKUI.pdf>.
- BSNP. (2006). *Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudijono, A. (2000). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wibowo, H. (1995). *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cidera Olahraga*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran.