

PENGETAHUAN SISWA/I TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN SAAT BEROLAHRAGA DI SMA OLAHRAGA RUMBAI PEKANBARU PROVINSI RIAU 2019

Putri Wulandini ¹⁾, Ainil Fitri ²⁾, Taty Komala Sari³⁾

Program Studi DIII Keperawatan Universitas Abdurrab

Jl. Riau Ujung No. 73, Pekanbaru, Riau

putri.wulandini@univrab.ac.id

Program Studi DIII Keperawatan Universitas Abdurrab

Jl. Riau Ujung No. 73, Pekanbaru, Riau

ainil.fitri@univrab.ac.id

Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Universitas Abdurrab

Jl. Riau Ujung No. 73, Pekanbaru, Riau

taty.komala98@gmail.com

ABSTRACT

Knowledge is the result of human sensation, or the result of knowing someone towards an object through their senses (eyes, nose, ears, etc.) First aid in an accident is a temporary relief and care effort for an accident victim before being taken to the hospital. and sports (Kemenpora) regarding the study of management of sportsman injuries in 2015 out of 133 respondents, there were mostly 92% of sports injury events in athletes occurring during training. The aim of this study was to find out an overview of students' knowledge about First Aid in Accidents while Exercising in High School Sports Rumbai Pekanbaru in 2019. The type of this research is descriptive. The population in this study is class XI students at Pekanbaru Rumbai Sports High School, amounting to 80 students. The sampling technique in this study is total sampling which is taking all members of the population to be used as research samples. This study states that as many as 69 people (86.25%), as many as 10 people (12.5%) have sufficient knowledge, while those who have less knowledge are only 1 person (1.25%). This research can be used as a guide to information and can be continued for further researchers by using different methodological techniques and different regions with the same research title

Keywords : Knowledge, First Aid for Accidents while Exercising

ABSTRAK

Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan adalah upaya pertolongan dan perawatan secara sementara pada korban kecelakaan sebelum dibawa ke Rumah Sakit. Berdasarkan data kementerian pemuda dan olahraga (Kemenpora) mengenai kajian penatalaksanaan cedera olahragawan tahun 2015 dari 133 responden terdapat sebagian besar 92% kejadian cedera olahraga pada atlet terjadi pada saat latihan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan siswa/i tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat Berolahraga di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru Tahun 2019. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa/i kelas XI di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru yang berjumlah 80 siswa/i. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *total sampling* yaitu mengambil semua anggota populasi untuk dijadikan sampel penelitian. Hasil penelitian ini menyatakan sebanyak 69 orang (86.25%), sebanyak 10 orang (12.5%) yang memiliki pengetahuan cukup, sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang hanya 1 orang (1.25%). Penelitian ini dapat dijadikan sebagai saranan informasi serta dapat dilanjutkan bagi

peneliti selanjutnya dengan menggunakan teknik metodologi yang berbeda dan wilayah yang berbeda dengan judul penelitian yang sama.

Kata Kunci : Pengetahuan, P3K saat berolahraga

PENDAHULUAN

Pertolongan pertama pada kecelakaan (*First Aid*) adalah upaya pertolongan dan perawatan sementara terhadap korban kecelakaan sebelum mendapat pertolongan yang lebih sempurna dari dokter atau paramedik, pertolongan tersebut bukan sebagai pengobatan atau penanganan yang sempurna, tetapi hanyalah berupa pertolongan sementara yang dilakukan oleh petugas pertolongan pertama pada kecelakaan (petugas medik atau orang awam) yang pertama melihat korban (Cecep, 2015)

Kecelakaan dapat menyebabkan luka ringan bahkan luka berat serta kematian dikarenakan tubuh korban berbenturan dengan benda keras yang disebut trauma fisik. Bagi seorang olahragawan, cedera yang terjadi dapat menghambat dan atau menghentikan langkahnya untuk beraktivitas dan meraih prestasi yang lebih tinggi. Cedera yang terjadi harus mendapatkan pertolongan dan pengobatan sedini mungkin, agar para olahragawan tidak mengalami kesakitan yang lebih fatal dan dapat menimbulkan kecacatan, sehingga ia segera dapat mengikuti aktifitas fisik, berlatih dan bertanding kembali (Ulfah, AR 2013)

Menurut Rohardjo 2013 pertolongan pertama ditujukan untuk memberikan perawatan darurat secara cepat sebelum pertolongan yang lebih mantap dapat diberikan oleh dokter serta untuk meringankan beban sakit yang diderita oleh seseorang yang mengalaminya, dan mencegah bahaya maut atau mempertahankan hidup, meringankan penderitaan korban

dengan memberikan perasaan tenang pada korban, mengurangi rasa takut, gelisah dan bahaya yang lebih besar, mencegah penurunan kondisi korban. Cedera olahraga yang terjadi pada pemain selain mengganggu kesehatan juga dapat mengurangi kesempatan pemain tersebut untuk berprestasi secara maksimal (Arovah, 2014).

Dalam melakukan pertolongan dan penanganan cedera olahraga terlebih dahulu mengetahui bagian badan yang terkena cedera dan beratnya cedera tersebut. Secara umum, pasien tidak diperkenankan melakukan kegiatan olahraga seperti biasa sampai kelainan tersebut betul-betul membaik, dan dapat menggerakkan tubuh dengan nyeri yang minimal (Sudijandoko, 2014)

Cedera pada saat melakukan kegiatan olahraga disebabkan oleh kecelakaan, pelaksanaan latihan yang jelek, peralatan yang tidak baik, kurang persiapan kondisi fisik, dan pemanasan dan peregangan yang tidak memadai. Cedera umumnya terjadi saat berolahraga dikarenakan dalam berolahraga para pelaku dituntut untuk melakukan aktivitas fisik yang tinggi. Cedera pada olahraga sering terjadi pada olahraga yang bersifat kontak fisik (*body contact*) seperti beladiri, sepak bola, bola basket, dan sebagainya. Pada olahraga sepak bola cedera yang dapat ditimbulkan bisa bervariasi seperti keseleo, kram, lecet, memar, perdarahan, patah tulang, dan dislokasi. Cedera ini bisa diderita di hampir seluruh tubuh karena efek benturan. Jika dibandingkan dengan materi bulutangkis, cedera yang sering timbul hanya sebatas cedera lutut, bahu, dan paha. (Manadji, 2013).

Mengetahui macam-macam jenis cedera juga merupakan salah satu hal yang penting dalam penanganan pemberian pertolongan pertama dalam cedera olahraga. Karena dengan mengetahui cedera yang dialami, kita bisa memberikan pertolongan pertama yang paling tepat untuk cedera tersebut, karena setiap cedera tidak selalu sama dalam penanganan pertamanya. Cedera yang pada umumnya terjadi saat berolahraga antara lain goresan, strain dan sprain atau yang parah seperti patah tulang serta lainnya (Muttaqin, 2016). Prevalensi dari kejadian cedera hamstring menurut *American football* lebih dari 40%, sedangkan di *Australia Rules Football* menduduki urutan ketiga setelah cedera lutut dan ankel dengan presentase cedera hamstring 16% (Rogan dkk, 2013).

Penyebab penurunan fleksibilitas otot hamstring dapat diakibatkan oleh karena kelelahan dan memendeknya otot hamstring. Sehingga dengan adanya penurunan fleksibilitas otot hamstring para olahrgawan khususnya pemain futsal atau sepakbola rawam terjadi cedera otot hamstring. Dalam studi penelitian pada *Australia Football League 2015*, ditemukan fakta bahwa telah terjadi kasus cedera olahraga baru sejumlah rata-rata 39 kasus tiap klub musimnya (22 pertandingan) dengan kasus terbanyak adalah *hamstring strain* (seward H., 2015). Peneliti lain juga mengatakan bahwa total angka cedera olahraga saat permainan pada cabang-cabang olahraga di *United States of America (USA)* (2015) mencapai 13,8 kasus cedera/1000 orang atlet dan pada saat latihan mencapai 4,0 kasus cedera 1000 orang atlet (Hootman, dkk, 2016).

Sebuah survei di Belanda mencatat faktor risiko cedera sendiri ada berbagai macam, diantaranya: umur, jenis

kelamin, karakter, pemanasan dan peregangan, serta kelainan postur tubuh (Aminuddin Arifin, 2013). Cedera pada olahraga futsal juga sering terjadi, dan biasanya disebabkan oleh kondisi lapangan dan kurang siapnya fisik pemain futsal sebelum bermain atau pertandingan (Wahyu, 2013).

Berdasarkan data kementerian pemuda dan olahraga (Kemenpora) mengenai kajian penatalaksanaan cedera olahragawan tahun 2015 dari 133 responden terdapat sebagian besar 92% kejadian cedera olahraga pada atlet terjadi pada saat latihan. Cedera olahraga diantaranya dapat disebabkan oleh benturan pada saat latihan atau pertandingan, kelemahan otot, *overuse* atau sarana dan pra sarana yang kurang baik. Kegiatan yang dapat menyebabkan cedera olahraga adalah latihan 30%, kompetisi 35%, kelas Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PENJASKES) 20% dan bermain informal 15%.

Rumah Sakit Olahraga Nasional (RSON) mendapatkan data bahwa di tahun 2018 Amerika Serikat menyebutkan tingginya angka kejadian cedera olahraga baik pada orang dewasa dan anak-anak. Pada orang dewasa mencapai angka 1,5 juta pertahun, dan setengahnya adalah cedera serius, pada anak dan remaja angkanya lebih tinggi yaitu, 3 juta pertahun. Angka kejadiannya sama antara pria dan wanita, namun lebih tinggi dua kali lipat pada olahraga kontak dibanding olahraga non kontak. Bagian tubuh yang sering cedera adalah lutut.

Menurut Atay (2014) Angka kejadian cedera pada pemaian sepak bola usia dini cedera pada leher 10,1%, bahu kanan 7,7%, bahu kiri 1,8%, bahu kanan dan kiri 1,8%, siku kanan 3,6%, siku kiri 3,0%, siku kanan dan kiri

1,2%, pergelangan tangan kanan 8,9%, pergelangan tangan kiri 5,4%, punggung 4,8%, pingganag 4,2%, panggul 1,8%, lutut 11,8%, sendi dan engkel 21,0%. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2013) angka kejadian cedera pada olahraga di wilayah Jawa timur mencapai angka 3,5 %.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sari (2014) pengetahuan dan ketrampilan siswa yang dilakukan di SMAN 2 Sleman Yogyakarta menunjukkan 43,3% kurang pengetahuan P3K. Selain itu penelitian ditingkat SMA di Jawa Tengah sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan bantuan hidup dasar siswa SMA YPH menunjukkan 62,7% tingkat pengetahuan kategori kurang, 4,5% tingkat pengetahuan kategori buruk Hal ini menunjukkan masih kurangnya pengetahuan dan tindakan P3K dikalangan siswa SMA (Zulfa, 2014), adapun hasil penelitian yang dilakukan kharisma pada tanggal 30 Oktober 2015 di SMA N 1 Binangun didapati bahwa 30 anggota Palang Merah Remaja (PMR) belum pernah mendapatkan pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat ekstrakurikuler, hasil wawancara beberapa siswa anggota PMR mengatakan bahwa pengetahuan P3K yang dimiliki adalah pengetahuan dasar, dari sejarah PMR hingga teori tentang cara penanganan pingsan, sakit perut hingga sesak nafas, namun mereka belum pernah mendapatkan penyuluhan terkait pelatihan penanganan fraktur.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru bahwa hasil wawancara terdapat 10 siswa/siswi yang kurang mengetahui tentang Pertolongan

Pertama Kecelakaan Pada saat Berolahraga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan siswa/i kelas XI tentang pertolongan pertama pada kecelakaan saat berolahraga

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Penelitian ini dilakukan di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru Provinsi Riau. Sample pada penelitian ini adalah siswa/siswi SMA Olahraga Rumbai kelas kelas XI sebanyak 80 siswa/i.. Teknik sample yang digunakan adalah *total sampling*. Instrument penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari 20 pertanyaan/ pernyataan. Pengolahan data merupakan bagian dalam rangkaian kegiatan yang dilakukan setelah pengumpulan data. Pengolahan data dilakukan dengan system komputerisasi. Langkah – langkah pengolahan data meliputi *editing, coding, processing, cleaning, dan tabulating*. Analisa data dilakukan secara univariat.

Hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 29 April 2019 dengan jumlah responden 80 orang dengan menggunakan kuesioner di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa/i SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru kelas XI tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat berolahraga di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Data Umum

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Siswa/i Berdasarkan Umur di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru 2019

No	Klasifikasi Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	16 Tahun	12	15
2	17 Tahun	52	65
3	18 Tahun	16	20
Jumlah		80	100%

Dari tabel 1 mayoritas responden berumur 17 tahun yaitu 52 orang (65%),

dan yang paling sedikit berumur 16 tahun yaitu 12 orang (15%)

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Siswa/i Berdasarkan Jenis Kelamin di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru 2019

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Laki-laki	49	61,2
2	Perempuan	31	38,7
Jumlah		80	100%

Dari tabel 2 mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 49

orang (61,2%) dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 31 orang (38,7%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Siswa/i yang Memperoleh Informasi tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat Berolahraga di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru 2019

No	Memperoleh Informasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Pernah	80	100
2	Tidak	-	-
Jumlah		80	100%

Dari tabel 3 semua responden pernah mendapatkan informasi tentang pertolongan pertama pada kecelakaan

saat berolahraga yaitu sebanyak 80 siswa/i (100%)

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Siswa/i Berdasarkan Sumber Informasi tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat Berolahraga di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru 2019

No	Sumber Informasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Guru	6	7,5
2	Tenaga Kesehatan	33	41,25
3	Koran/Majalah	2	2,5
4	Televisi	18	22,5

5	Media Online	6	7,5
6	Penyuluhan	5	6,25
7	Materi Pelajaran	7	8,75
8	Sebutkan Lainnya (Pelatih)	3	3,75
Jumlah		80	100%

Berdasarkan tabel 4, mayoritas responden memperoleh informasi tentang pertolongan pertama pada kecelakaan saat berolahraga, yaitu dari

tenaga kesehatan dengan jumlah 33 orang (41.25%).

Data Khusus

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Siswa/i Berdasarkan Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Saat Berolahraga di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru 2019

No	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	69	86,25
2	Cukup	10	12,5
3	Kurang	1	1,25
Jumlah		80	100%

Berdasarkan tabel 4.5 mayoritas Responden memiliki pengetahuan tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat Berolahraga yaitu sebanyak 69 orang (86.25%), sebanyak 10 orang (12.5%) yang memiliki pengetahuan cukup, sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang hanya 1 orang (1.25%).

Pembahasan

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 29 april 2019 di SMA Olahraga Pekanbaru yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Siswa/i tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan saat Berolahraga di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru Provinsi Riau tahun 2019” yaitu sebanyak 69 orang (86.25%) memiliki pengetahuan baik, 10 orang (12.5%) memiliki pengetahuan cukup, hanya 1 orang (1.25%) yang memiliki pengetahuan kurang.

Dari hasil penelitian diatas dapat kita ketahui bahwa mayoritas Pengetahuan Siswa/i tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Saat Berolahraga berada pada kategori baik. Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) (Notoadmojo 2012). Hal yang dimaksud tahu disini bahwa semakin sering individu ataupun seseorang mendapatkan informasi maka semakin tinggi pula pengetahuan yang di dapat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan di SMA Olahraga mayoritas siswa/i sudah mendapat informasi tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan saat Berolahraga.

Menurut peneliti tingginya tingkat pengetahuan siswa/i tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan saat Berolahraga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor usia, pendidikan, dan sumber informasi.

Menurut Ariani 2014 pada sumber informasi kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media masa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru, seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan dan lain-lain. Dari penelitian ini diketahui dari 80 responden sumber informasi yang di peroleh siswa/i di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru yang paling banyak yaitu dari tenaga kesehatan sebanyak 33 orang siswa/i (41.25%).

Usia merupakan rentang waktu seseorang yang dimulai sejak dia dilahirkan hingga berulang tahun. Jika seseorang itu memiliki usia yang cukup maka akan memiliki pola pikir yang matang. Usia sangat berpengaruh terhadap daya tangkap sehingga pengetahuan diperolehnya akan semakin baik. Selain faktor usia, faktor pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan siswa/i untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan didalam dan diluar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut untuk menerima informasi.

Didapatkan hasil penelitian yang sama oleh peneliti bahwa pengetahuan dari pemahaman siswa/i SMA tentang pertolongan pertama dalam cedera olahraga dengan hasil perhitungan terdapat 16 siswa/i yang dapat menjawab semua pertanyaan 7 soal dengan benar, 7 siswa/i dapat menjawab 6 soal dengan benar, 1 siswa/i menjawab 5 soal dengan benar dan 1 orang menjawab 4 soal dengan benar, bahwa pengetahuan siswa/i tentang pertolongan pertama pada kecelakaan dikategorikan baik.

Hal ini sedikit berbeda dari penelitian yang dilakukan Sari (2014) bahwa pengetahuan dan keterampilan siswa yang dilakukan di SMAN 2 Sleman Yogyakarta menunjukkan 43,3% kurang tentang pengetahuan P3K. Penelitian serupa juga yang dilakukan Zulfa, 2014 tingkat SMA di Jawa Tengah bahwa pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan pada siswa SMA YPH menunjukkan 62,7% tingkat pengetahuan kategori kurang, 4,5% tingkat pengetahuan kategori buruk.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Olahraga Rumbai Pekanbaru Provinsi Riau tentang Gambaran Pengetahuan siswa/i tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan saat Berolahraga, secara keseluruhan mayoritas pengetahuan siswa/i berada pada kategori baik yaitu 69 siswa/i (86.25%) dimana responden banyak mendapat sumber informasi dari tenaga kesehatan.

REFERENSI

- Cecep (2015). *Pertolongan Pertama*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama (Kep) Volume: 1. Jakarta. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Muttaqin, (2016). *Faktor Timbulnya Cedera Olahraga*. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan*
- Notoatmodjo, S. (2013). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rahardjo, Budi. (2014) *Pencegahan Cedera dan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan*, Depdikbus,
- Rogan dkk (2013) . *Pertolongan Pertama..PT Gramedia*. Jakarta

- Rogan, dkk. (2013). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB dan FPOK IKIP M. Taylor, Paul dan K. Taylor, Diane. 2002. *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Seward H . (2015). *Tindakan Para Medis Terhadap Kegiatan dan Pertolongan Pertama*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Sumosadjuno, Sadoso. (2015). *Sehat & Bugar, Petunjuk Praktis Berolahraga yang Benar*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Swasanti, dkk (2014.). *Pedoman Praktis Pertolongan Pertama Pada Kedaruratan*. Yogyakarta :
- Ulfah, AR (2015), *jurnal Pertolongan Pertama cedera olahraga*. Jakarta