

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan sebuah aktivitas yang sering dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya saat ini telah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat serta tidak dipandang sebelah mata oleh masyarakat. Olahraga tidak hanya memiliki manfaat dalam bidang kesehatan, namun lebih dari itu juga menjadi sarana dalam bidang pendidikan bahkan prestasi. Kegiatan olahraga menjadi kegiatan yang mampu peningkatan kualitas hidup manusia seperti yang tercatat pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Adapun komitmennya dalam bidang pengembangan kegiatan keolahragaan dunia yang terdapat dalam Undang-Undang tersebut pada Bab VI, pasal 17 menyatakan bahwa ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. (Sirait et al. 2020)

Olahraga memiliki tujuan dalam menyehatkan badan, serta memberi kebugaran jasmani kepada seorang individu selama tata cara melakukannya dilakukan dalam kondisi benar. Dewasa ini, olahraga telah menjadi bagian dari masyarakat Indonesia, pada berbagai golongan baik ekonomi rendah maupun tinggi. Seluruh masyarakat telah menyadari keuntungan dari latihan-latihan teratur pada kesegaran dan kesehatan jasmani serta rohani. Pada masyarakat umumnya melakukan kegiatan olahraga untuk memiliki kebugaran jasmani, kesehatan,

kesenangan, maupun hobi, sedangkan atlet (baik amatir maupun profesional) memiliki usaha untuk mencapai tujuan berprestasi dengan minimal sebagai juara. Namun, kegiatan berolahraga juga mampu memberikan cedera yang dimana risiko dari cedera dapat menyebabkan kematian atau cacat permanen (Science et al. 2013). Tidak seluruh kegiatan olahraga mampu menimbulkan keadaan cedera. Cedera yang terjadi bergantung pada olahraga yang dilakukan, misalnya beladiri, berlari, dan lainnya memiliki risiko cedera yang tidak sama. (Sirait et al. 2020)

Olahraga bela diri menjadi olahraga dengan manfaat yang tinggi, tidak hanya memberikan kebugaran jasmani dan kesehatan tetapi dapat dipakai dalam pertahanan diri dari segala bentuk kejahatan. Di Indonesia, terdapat banyak jenis olahraga bela diri. Pencak silat dan tarung bebas menjadi olahraga yang berasal dari Indonesia, sedang olahraga-olahraga lain dari luar Indonesia seperti taekwondo, karate, judo, kempo, wushu, dan lain sebagainya. Bela diri tidak hanya menjadi bentuk olahraga, dapat pula sebagai bentuk seni. Bentuk seni dalam olahraga bela diri terlihat dalam kejuaraan-kejuaraan bela diri yang tidak hanya terpaku dalam bentuk pertarungan melainkan juga keindahan jurus yang dihasilkan bela diri tersebut (Sirait et al. 2020).

Seminar Nasional Sosial, Ekonomi, Pendidikan, Penelitian, Pengabdian, dan Kesehatan menyatakan bahwa cedera tidak dapat dielakkan dalam olahraga dengan unsur benturan fisik seperti bela diri. Hal ini diperkuat oleh data yang telah dikumpulkan oleh Rumah Sakit Olahraga Nasional tahun 2015 didapatkan bahwa adanya 87 atlet dengan kondisi cedera, rata-rata angka kejadian cedera sebesar 6,3% dari total atlet sebanyak 1390 pada 5 cabang olahraga (tenis, sepeda gunung, sepak bola, taekwondo, dan karate). Dari data Rumah Sakit Olahraga

Nasional ini didapatkan pula angka cedera terendah sebesar 3% terjadi dalam cabang olahraga non kontak yakni Sepeda Gunung, dan tertinggi sebesar 7,1% terjadi dalam cabang olahraga kontak. Pieter (2010) juga mengatakan bahwa tingkat cedera pada olahraga karate lebih tinggi jika dikomparasi dengan olahraga taekwondo (Safitri et al. 2021).

Maka dari itu, penelitian ini diperlukan oleh atlet cabang bela diri karate karena tingkat cederanya lebih tinggi dibanding olah raga bela diri lainnya. Cedera yang dialami oleh atlet pastinya sangat berpengaruh terhadap performa dari atlet tersebut apalagi jika sampai mengakibatkan atlet tersebut tidak dapat bertanding kembali. Cedera sangat ditakuti oleh atlet bela cabang bela diri karate karena bisa menyebabkan trauma tersendiri pada psikologis atlet. Banyak dari atlet yang bahkan sampai pensiun di usia muda karena cedera yang dialaminya akibat dari penanganan cedera yang kurang baik.

Untuk menghindari hal tersebut, atlet karate juga harus mengetahui bagaimana penanganan cedera yang baik agar jikalau nantinya atlet mengalami cedera ia bisa menangani cedera tersebut agar tidak sampai merusak performanya. Walaupun pastinya dalam sebuah tim yang akan dikirimkan ke pertandingan memiliki seorang dokter, pemahaman atlet juga sangat diperlukan agar penanganan cedera bisa dilakukan dengan maksimal. Penelitian (Saputri et al. 2020) menunjukkan bahwa keseluruhan atlet bela diri yang ditelitinya mengenai pemahaman penatalaksanaan cedera dikategorikan kedalam tingkat kurang terampil dengan nilai antara 0-60 dari 100 total poin yg ditargetkan. Oleh karena itu saya mengajukan judul skripsi mengenai identifikasi cedera (tingkat keparahan, lokasi, tata laksana) pada atlet cabang bela diri karate buleleng untuk

mengetahui cedera yang pernah dialami oleh atlet cabang bela diri karate buleleng agar bisa mengidentifikasi cedera sebelum berkompetisi untuk meraih prestasi nantinya.

1.2 Rumusan Masalah

Didasarkan pada paparan diatas maka rumusan masalah penelitian kali ini, sebagai berikut:

- 1) Apa saja jenis cedera yang dialami oleh atlet cabang bela diri karate?
- 2) Dimana saja lokasi cedera yang dialami oleh atlet cabang bela diri karate?
- 3) Bagaimana tata laksana cedera yang dilakukan atlet cabang bela diri karate?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan untuk:

- 1) Mengetahui jenis cedera yang dialami oleh atlet cabang bela diri karate.
- 2) Mengetahui lokasi cedera yang dialami oleh atlet cabang bela diri karate.
- 3) Mengetahui tatalaksana cedera yang dilakukan atlet cabang bela diri karate.

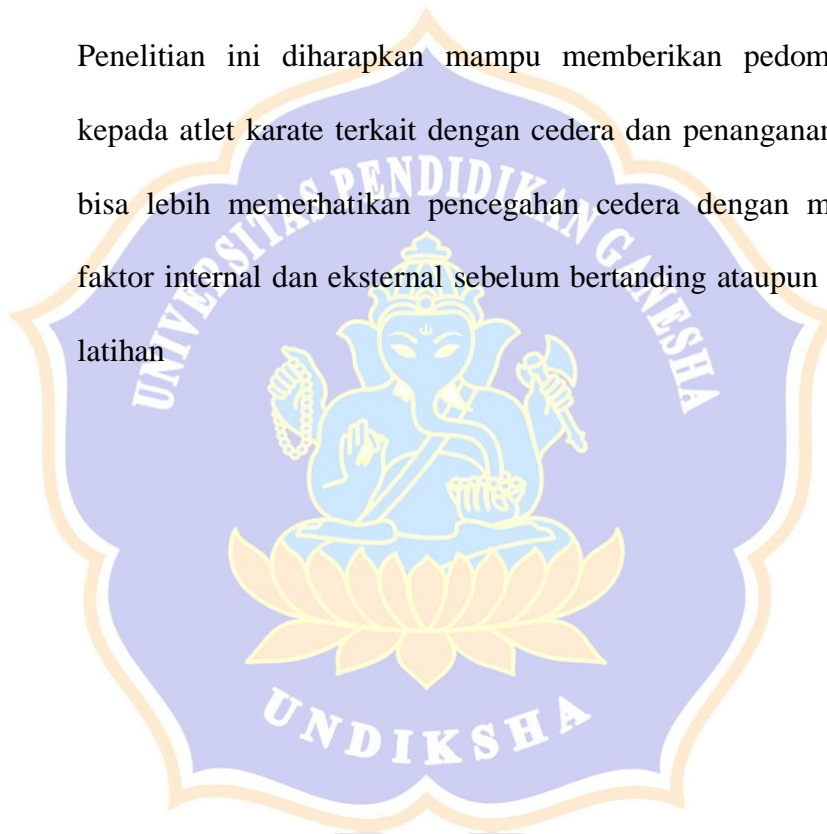
1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memberi gambaran pengetahuan kepada atlet cabang bela diri karate terkait cedera pada saat berlatih maupun bertanding dalam meraih prestasi

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pedoman dasar kepada atlet karate terkait dengan cedera dan penanganannya agar bisa lebih memerhatikan pencegahan cedera dengan mengamati faktor internal dan eksternal sebelum bertanding ataupun pada saat latihan



1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memberi gambaran pengetahuan kepada atlet cabang bela diri karate terkait cedera pada saat berlatih maupun bertanding dalam meraih prestasi

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pedoman dasar kepada atlet karate terkait dengan cedera dan penanganannya agar bisa lebih memerhatikan pencegahan cedera dengan mengamati faktor internal dan eksternal sebelum bertanding ataupun pada saat latihan

