

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN TERJADINYA SPRAIN DAN STRAIN PADA PEMAIN SEPAK BOLA PERSIBO 1949

Fidrotin Azizah, Ahmad Maftukhin., Agustiningrum
Prodi DIII Keperawatan Rajekwesi Bojonegoro

ABSTRACT

Sprain and sprain is a form of injury to the musculoskeletal system. Soccer player is a high risk of sprains and strains experienced events. Lack of knowledge in the handling of influential players sprain and strain. The purpose of this study identify "relations with the knowledge sprains and strains in soccer players in the team Persibo 1949.

This research uses the analytical method, cross-sectional approach. The entire population of football players Persibo 1949 2014, totaling 27 people. The sample totaled 27 people. Using a non-probability sampling technique that is total sampling. Collecting data using a questionnaire. Analysis of data with crosetab, editing, coding, scoring, tabulating, presented in tables and percentages and curve.

The results showed that the relationship of knowledge with the sprain and strain on Persibo soccer players in 1949 can be explained that of the 27 respondents, 17 respondents (63%) had sufficient knowledge never experienced sprain and strain.

The conclusion is more than most of the football players in 1949 Persibo have enough knowledge about sprains and strains, majority of the respondents had experienced sprains and strains, and knowledge There is a relationship with the occurrence of sprains and strains in soccer players Persibo 1949

Keywords: *Knowledge, sprains and strains, soccer players, and Persibo 1949*

Pendahuluan

Sprain dan sprain merupakan bentuk cedera pada sistem musculoskeletal (Yuliansyah, 2011). Sprain adalah cedera struktur ligamen di sekitar sendi, akibat gerakan menjepit atau memutar sedangkan strain adalah tarikan otot akibat penggunaan yang berlebihan, peregangan berlebihan atau stres yang berlebihan, serta terdapat robekan mikroskopik tidak komplit dengan perdarahan ke dalam jaringan (Suratun, dkk, 2008). Kejadian sprain maupun strain sering terjadi pada seseorang yang beraktifitas, baik aktifitas ringan seperti berjalan maupun aktifitas seperti olahragawan. Pemain sepak bola merupakan resiko tinggi mengalami kejadian sprain maupun strain, karena aktifitas yang terlalu keras dan berat sehingga mengakibatkan tulang dan otot memiliki resiko terjadinya tarikan pemicu

sprain dan strain. Kejadian sprain dan strain yang dialami oleh pemain bola sering dikesampingkan dan tetap melakukan aktifitas fisik, turnamen dan pertandingan sehingga perawatan dan proses pengobatan sprain dan strain terjadi lebih lama. Kurangnya pengetahuan pemain juga berpengaruh dalam penanganan sprain dan strain. Hal ini seperti yang terjadi pada tim sepak bola Persibo 1949 didapatkan bahwa mayoritas pemain pernah mengalami cedera kaki, namun pemain tidak mengetahui cedera tersebut merupakan sprain maupun strain.

Di Inggris kejadian sprain dan strain dialami pada 80% pemain bola (<http://infobola./>). Di Indonesia tipe cedera strain dan sprain sering terlihat pada 89% pemain bola dan pelari pada hamstringnya (<http://infobola./>). Dari survay awal yang dilakukan pada tanggal 14 November tahun 2013 terhadap 5 pemain persibo 1949

didapatkan bahwa 3 responden (60%) tidak mengetahui tentang sprain dan strain, dan 2 responden (40%) mengetahui tentang sprain dan strain.

Dalam permainan sepak bola, kejadian cedera seperti kejadian sprain dan strain bukanlah hal baru yang sering dialami pemain sepak bola. Hal ini karena rutinitas latihan fisik yang berat pada pemain sepak bola. Sebagai seorang yang beresiko terkena *sprain* dan *strain* pengetahuan yang baik tentang sprain dan strain hendaknya dimiliki pemain sepak bola guna menghindari terjadinya sprain dan strain. Dengan mengetahui tentang sprain dan strain maka upaya untuk meminimalkan terjadinya sprain dan strain dapat dilakukan. Pengetahuan yang baik pada pemain sepak bola juga dapat bermanfaat bagi pemain karena pemain dapat menghindari faktor-faktor yang dapat menimbulkan sprain dan strain. Selain itu jika pemain sepak bola mengetahui sprain dan strain maka mereka akan mampu menentukan langkah apa yang harus dilakukan untuk merawat atau menangani sprain dan strain secara tepat sesuai dengan derajat sprain dan strain yang dialami. Sebaliknya kurangnya pengetahuan dapat memperburuk kondisi sprain dan strain pada pemain bola yang mengalaminya. Selain itu kurangnya pengetahuan tentang sprain dan strain juga dapat memperlambat proses pengobatan sprain dan strain pada pemain sepak bola.

Untuk meningkatkan pengetahuan pemain sepak bola tentang sprain dan strain diperlukan peran yang baik dari tim medis sepak bola untuk memberikan informasi pada pemain perihal sprain dan strain yang dapat disampaikan pada saat latihan fisik dilapangan. Dari pemain sepak bola pengetahuan tersebut dapat diperoleh dengan melakukan konsultasi dengan tenaga medis tim, selain itu informasi tentang sprain dan strain dapat diperoleh dari media elektronik seperti internet maupun televisi. Dari manajemen tim hendaknya memberikan tenaga medis yang berkompeten untuk meminimalkan terjadinya *sprain* dan *strain* pada pemain sepak bola. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan

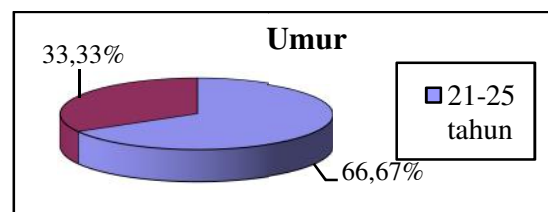
penelitian tentang “Hubungan pengetahuan dengan terjadinya sprain dan strain pada pemain sepak bola Persibo 1949”.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian ini menggunakan metode *Analitik*, desain yang digunakan adalah uji korelasi *crosetab*. Populasi penelitian adalah seluruh pemain sepak bola Persibo 1949 tahun 2014 yang berjumlah 27 responden. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepak bola Persibo 1949 tahun 2014 yang berjumlah 27 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner tentang pengetahuan Pengetahuan tentang strain dan sprain dan kuisisioner tentang terjadinya strain dan sprain. Data diolah dengan cara *editing, coding, scoring dan tabulating* dan di analisis dengan menggunakan uji *crosstabs*. Penelitian dilakukan pada April 2014.

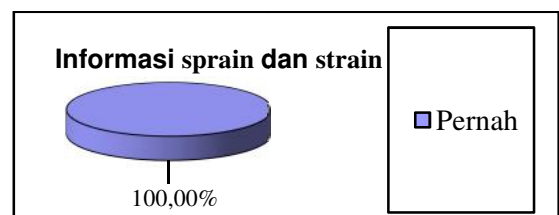
Hasil dan Penelitian

Tabel 1 Karakteristik Umur Pemain Sepak Bola Persibo 1949



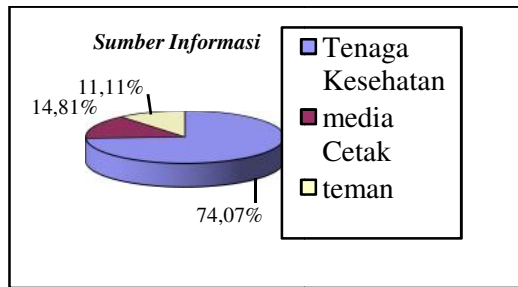
Sumber : Data primer kuesioner penelitian bulan Mei 2014

Tabel 2 Karakteristik Pemain Sepak Bola Persibo 1949 Yang Pernah Mendapatkan Informasi *Sprain* dan *Strain*



Sumber : Data primer kuesioner penelitian bulan Mei 2014

Tabel 3 Karakteristik Sumber Informasi *Sprain* dan *Strain* Pemain Sepak Bola Persibo 1949



Sumber : Data primer kuesioner penelitian bulan Mei 2014

Pembahasan

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 27 responden yang diteliti lebih dari sebagian pemain sepak bola Persibo 1949 yaitu sebanyak 17 responden (63%) memiliki pengetahuan cukup tentang *sprain* dan *strain*

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*), karena dari pengalaman penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Sunaryo, 2004: 25). Banyak cara yang dapat digunakan untuk memperoleh pengetahuan diantaranya adalah: Cara tradisional terdiri dari cara coba-coba, kekuasaan, berdasarkan pengalaman pribadi, melalui jalan pemikiran, dan cara modern. Adapula faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, informasi atau Media Masa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, usia (Kusbianto, 2011:56).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari sebagian responden memiliki pengetahuan cukup tentang *sprain* dan *strain*. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh informasi yang pernah diperoleh responden dari bagian tenaga medis tim Persibo 1949, hal ini didukung dengan data umum dimana didapatkan bahwa seluruh responden pernah mendapatkan informasi tentang *sprain* dan *strain*. Selain itu faktor lain yang mempengaruhi adalah mayoritas responden

pernah bermain di club lain sebelum di Persibo 1949 sehingga informasi tentang *sprain* dan *strain* diperoleh dari pengalaman terdahulu

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 27 responden yang diteliti sebagian besar responden yaitu sebanyak 20 responden (74,1%) pernah mengalami *sprain* dan *strain*.

Kejadian *sprain* maupun *strain* sering terjadi pada seseorang yang beraktifitas, baik aktifitas ringan seperti berjalan maupun aktifitas seperti olahragawan. Pemain sepak bola merupakan resiko tinggi mengalami kejadian *sprain* maupun *strain*, dikarenakan aktifitas yang terlalu keras dan berat sehingga mengakibatkan tulang dan otot memiliki resiko terjadinya tarikan pemicu terjadinya *sprain* dan *strain*. Tanda dan gejala *sprain* dan *strain* meliputi : *Sprain* : Nyeri tekan (derajat nyeri meningkat selama 2 – 3 jam akibat pembengkakan dan perdarahan yang terjadi, edema. *Strain* : nyeri mendadak, nyeri tekan lokal, kontraksi isometrik, bengkak pada persendian yang terkena, memar, atau kemerahan lokal (Suratun, dkk, 2008:141).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden pernah mengalami *sprain* dan *strain*. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh aktifitas yang dilakukan pemain, dengan berprofesi sebagai pemain sepak bola dengan kaki sebagai tumpuan, dan kemungkinan terjadinya kompresi dengan benda asing maka resiko *sprain* dan *strain* sangat mungkin terjadi pada pemain. Sehingga pengetahuan tentang penanganan *sprain* dan *strain* sangat diperlukan pemain untuk mencegah *sprain* dan *strain* menjadi lebih parah.

Berdasarkan tabel 4.3 hubungan pengetahuan dengan terjadinya *sprain* dan *strain* pada pemain sepak bola Persibo 1949 dapat dijelaskan bahwa dari 27 responden, 17 responden (63%) memiliki pengetahuan cukup pernah mengalami *sprain* dan *strain*.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*), karena dari pengalaman penelitian ternyata perilaku yang didasari

oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Sunaryo, 2004: 25). Kejadian *sprain* maupun *strain* sering terjadi pada seseorang yang beraktifitas, baik aktifitas ringan seperti berjalan maupun aktifitas seperti olahragawan. Pemain sepak bola merupakan resiko tinggi mengalami kejadian *sprain* maupun *strain*, dikarenakan aktifitas yang terlalu keras dan berat sehingga mengakibatkan tulang dan otot memiliki resiko terjadinya tarikan pemicu terjadinya *sprain* dan *strain*. Sebagai seorang yang resiko tinggi mengalami *sprain* dan *strain* tidak salah lagi jika pemain sepak bola perlu mengetahui tentang *sprain* dan *strain*. (Suratun, dkk, 2008:141)

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan terjadinya *sprain* dan *strain* pada pemain sepak bola Persibo 1949. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah pemain sepak bola merupakan resiko tinggi mengalami *sprain* dan *strain* oleh karena itu alangkah pentingnya jika sebagai seorang yang beresiko mengalami *sprain* dan *strain* memiliki pengetahuan yang baik tentang *sprain* dan *strain*. Karena dari hasil penelitian sendiri menunjukkan bahwa dari 27 responden, 17 responden (63%) memiliki pengetahuan cukup pernah mengalami *sprain* dan *strain*

Kesimpulan dan saran

Lebih dari sebagian pemain sepak bola Persibo 1949 memiliki pengetahuan cukup tentang *sprain* dan *strain*. Sebagian besar responden pernah mengalami *sprain* dan *strain*. Ada hubungan pengetahuan

dengan terjadinya *sprain* dan *strain* pada pemain sepak bola Persibo 1949. Diharapkan dengan pengetahuan yang dimiliki responden dapat melakukan penanganan awal ketika mengalami *sprain* sehingga dapat meminimalkan terjadinya *sprain* dan *strain* yang lebih berat. Diharapkan untuk menggunakan metode penelitian yang lebih baik dan menggunakan sumber literatur yang terbaru serta bermutu guna untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih optimal.

Daftar Pustaka

- AD/ART BAB 1, Pasal 1 Persibo 1949, 2013
- Kusbianto, 2011. *Perawat sebagai pendidik*. Jakarta. Salemba
- SK Persibo 1949, 2013
- Sprain and Strain. (<http://infobola./>), diakses tanggal 5 Desember 2013
- Sunaryo, 2004. *Psykologi untuk keperawatan*. Jakarta. EGC
- Suparyanto, 2011 *Pengetahuan dalam Praktek Keperawatan*. Jakarta. EGC
- Suratun, dkk, 2008. *Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta. EGC
- Sutrisno, 2010. *Sepak Bola dan Penerapannya*. www.google.com/.. *Sepak Bola dan Penerapannya*. Diakses tanggal 3 Desember 2013
- Yuliansyah, 2011. *Sprain and Strain*. www.google.com/.. *Sprain and Strain*. Diakses tanggal 4 Desember 2013