

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bahkan di antara atlet profesional, voli adalah olahraga yang populer di Indonesia. Karena gerakan yang cepat, lompatan tinggi, dan perubahan arah yang tiba-tiba dalam aktivitas ini, para pemain lebih rentan mengalami cedera, terutama pada kaki dan pergelangan kaki mereka (Forsyth et al., 2025). Salah satu cedera yang paling umum bagi pemain voli adalah keseleo pergelangan kaki. Cedera pergelangan kaki sering terjadi akibat aktivitas dinamis seperti mendarat, berhenti mendadak, atau memblokir serangan, terutama saat terjadi kontak kaki dengan lawan yang mengakibatkan risiko cedera ligamen (Fauzi et al., 2023).

Keseleo pergelangan kaki menyumbang sekitar 85% dari semua kasus keseleo pergelangan kaki, menjadikannya cedera ligamen lateral yang paling umum. Orang-orang yang aktif dalam olahraga memiliki frekuensi kondisi paling tinggi (Ulfa Kumala et al., 2022). Keseleo pergelangan kaki akut merupakan cedera yang umum terjadi, dengan perkiraan 2 juta kejadian setiap tahunnya menurut data WHO tahun 2018. Angka kunjungan ke Unit Gawat Darurat (UGD) di Amerika Serikat tercatat sebanyak 2–7 kasus per 1.000 orang setiap tahun. Aktivitas sehari-hari turut terdampak oleh kejadian cedera di Indonesia, yang angkanya meningkat dari 8,2% pada tahun 2013 menjadi 9,2% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Secara Nasional, angka kejadian keseleo tercatat sebesar 32,8%, dengan sebagian besar cedera (68%) terjadi pada ekstremitas bawah. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), prevalensi cedera di Indonesia pada tahun 2018 adalah 9,2%, naik 1% dari 8,2% pada tahun 2013. Cedera yang

paling sering terjadi di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) adalah luka lecet atau memar (56,1%), disusul keseleo (36,1%) dan luka sayat atau laserasi (19,7%). Cedera ekstremitas bawah menyumbang 64,5% dari seluruh cedera, sedangkan cedera ekstremitas atas menyumbang 33,69%. (Rukmana, 2021).

Di Provinsi Kalimantan Selatan, prevalensi sprain mencapai 40,85%, dan 68,63% di antaranya melibatkan ekstremitas bawah. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah melaporkan pada tahun 2018 bahwa prevalensi keseleo adalah 35,5% pada kelompok usia 25–34 tahun dan 34,9% pada kelompok usia 15–24 tahun (Fauzan Baso et al., 2023).

Indonesia merupakan negara dengan olahraga yang kuat. Berdasarkan data dari Asosiasi Fisioterapi Olahraga Indonesia (*AFOI*), sekitar 25% cedera olahraga yang ditangani pada tahun 2023 merupakan cedera pergelangan kaki (*ankle*). Angka ini mencerminkan tren regional dan global, namun dampak jangka panjangnya perlu dipertimbangkan karena dapat menyulitkan atlet nasional dalam mempersiapkan diri menghadapi kompetisi internasional seperti Asian Games dan SEA Games (Rafi et al., 2025).

Cedera ankle sprain dapat menimbulkan dampak psikologis, gangguan aktivitas fisik, dan prestasi atlet. Gangguan fisik berupa nyeri dan penurunan fungsi dapat menghambat aktivitas sekolah maupun pekerjaan selama lebih dari tujuh hari. Kondisi ini sering memerlukan penggunaan alat bantu mobilisasi, seperti kruk, yang dapat memengaruhi citra tubuh dan kondisi psikologis. Selain itu, cedera olahraga dapat mengakibatkan atlet tidak dapat berlatih selama 2–3 minggu sehingga berpotensi menghambat pencapaian prestasi (Fauzan Baso et al., 2023).

Bahkan cedera olahraga yang tergolong ringan dapat menimbulkan dampak serius jika tidak ditangani dengan tepat dan segera. Menurut Andun Sudijandoko (2000:6), cedera yang tidak ditangani dengan baik dapat mengakibatkan keterbatasan fisik yang menghambat aktivitas sehari-hari maupun kegiatan olahraga, bahkan terkadang mengharuskan atlet untuk meninggalkan bidang pekerjaannya, baik untuk sementara waktu maupun secara permanen.

Berbagai penyebab, baik yang berasal dari dalam maupun luar diri atlet, dapat mengakibatkan cedera olahraga. Bahrudin (2014) mengelompokkan penyebab cedera olahraga menjadi dua faktor. Faktor internal meliputi pemanasan yang kurang optimal, kondisi fisik yang tidak prima, kesalahan teknik gerakan, asupan nutrisi yang tidak memadai, serta latihan yang berlebihan. Faktor eksternal berasal dari lingkungan luar atlet, seperti kondisi lingkungan, kesalahan taktik dan antisipasi, serta durasi latihan yang terlalu lama dengan waktu istirahat yang kurang. Selain itu, setiap cabang olahraga memiliki karakteristik dan tujuan yang berbeda sehingga risiko cedera yang dialami atlet juga bervariasi. Berdasarkan hal tersebut, mayoritas cedera pada atlet senior disebabkan oleh kesalahan teknik gerakan saat latihan maupun pertandingan (Dewi et al., 2024). Oleh karena itu, penanganannya perlu dilakukan oleh tim terlatih.

Penanganan pertama sangat penting untuk mempercepat proses penyembuhan, sehingga atlet dapat kembali beraktivitas dan mengikuti latihan seperti biasa. Metode RICE yang merupakan singkatan dari *Rest* (istirahat), *Ice* (es), *Compression* (kompresi), dan *Elevation* (elevasi) adalah salah satu pendekatan penanganan awal yang populer (Sani & Isnaeni, 2024). Penggunaan metode RICE

untuk menangani keseleo memiliki beberapa keuntungan, seperti meminimalkan perdarahan melalui penggunaan es, mengurangi rasa nyeri berkat efek es tersebut, membatasi pergerakan (imobilisasi) guna mencegah cedera yang lebih parah, serta mendukung proses penyembuhan secara efektif dengan meredakan peradangan akibat cedera (Agustina & Mananda, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada hari sabtu tanggal 18 Oktober 2025 di Gor Bung Karno, dengan 12 atlet bola voli diwawancarai, dan hasilnya menunjukkan bahwa pengobatan cedera olahraga umumnya tidak mengikuti pedoman dasar kedokteran olahraga. Berdasarkan informasi dari 12 atlet apabila terjadi cedera, bantuan yang di berikan oleh pelatih dan atlet lain hanya sebatas pijatan, kompres es dan pemberian cream pengurang rasa nyeri. Ketidaktahuan mengenai pertolongan pertama dapat memperparah cedera dan memperlama waktu penyembuhan. Di lingkungan Gor Bung Karno, sebagai salah satu pusat kegiatan olahraga nasional, kasus cedera ankle sprain pada atlet bola voli menjadi masalah nyata yang memerlukan perhatian khusus. Meningkatkan kesadaran mengenai pertolongan pertama untuk cedera pergelangan kaki sangat penting demi mendukung performa dan keselamatan atlet. Dari permasalahan tersebut penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul Hubungan Pengetahuan Dengan Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain Pada Atlet Bola Voli Di Gor Bung Karno Purwodadi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Hubungan Pengetahuan Dengan Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain Pada Atlet Bola Voli Di Gor Bung Karno Purwodadi”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain Pada Atlet Bola Voli Di Gor Bung Karno Purwodadi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan atlet bola voli terhadap cedera ankle sprain.
- b. Mengetahui tingkat kemampuan penanganan cedera ankle sprain yang dilakukan oleh atlet bola voli.
- c. Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan tindakan penanganan cedera ankle sprain.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini mampu meningkatkan dan memberikan pengetahuan dan wawasan tentang hubungan pengetahuan dengan penanganan cedera ankle sprain.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dalam merancang dan melaksanakan penelitian di bidang olahraga dan kesehatan. Serta hasil penelitian ini bisa menambah pengetahuan terkait hubungan pengetahuan dengan penanganan cedera ankle sprain.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi tambahan dalam pengembangan kurikulum, khususnya pada mata kuliah yang berkaitan dengan ilmu keolahragaan dan kesehatan olahraga. Dengan demikian mampu berkontribusi di bidang keperawatan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan penanganan cedera ankle sprain.

c. Bagi Responden

Penelitian ini dapat membantu atlet bola voli untuk mampu melakukan penanganan cedera dengan menggunakan metode RICE (Rest, Ice, Compression, elevation).

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil dari penelitian ini mampu memberikan nilai tambah dalam penyediaan data ilmiah serta sebagai referensi mengenai Hubungan Pengetahuan Dengan Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan Dengan Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain.

E. Sistematika Penulisan

Berikut ini merupakan gambaran umum dari penjabaran sistematika penelitian ini dari BAB I sampai BAB III. Secara umum sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan data
BAB I	Pendahuluan , mencakup latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat, sistematika penulisan, serta penelitian terdahulu yang relevan.
BAB II	Tinjauan Pustaka , memuat teori-teori yang menjadi dasar penelitian dan disusun dalam bentuk kerangka teori sebagai landasan penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian , berisi variable penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, Uji instrumen penelitian, Pengolahan dan analisis data serta penerapan etika penelitian.
BAB IV	Hasil , memuat tentang hasil penelitian termasuk hasil uji statistik
BAB V	Pembahasan , memuat interpretasi hasil penelitian berdasarkan tujuan penelitian serta keterbatasan yang ditemukan selama penelitian.
BAB VI	Penutup , berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Sejauh pengetahuan penulis dari membaca hasil penelitian yang membahas tentang hubungan pengetahuan dengan penanganan cedera ankle sprain diantaranya yaitu :

1. (Rukmana, 2021), “Hubungan Pengetahuan Rice (Rest, Ice, Compression, Elevation) Dengan Penerapan Penanganan Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Di Kecamatan Kutawaluya” penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan populasi pemain sepak bola. Hasil penelitian menunjukkan analisa statistik menggunakan uji *chi square test* diperoleh nilai p value sebesar $0,000 \leq 0,05$.
2. (Fauzan Baso et al., 2023), “Hubungan Tingkat Pengetahuan Atlet Futsal Dengan Pertolongan Pertama Saat Mengalami Cedera Sprain Di Lapangan Futsal Novega Pipit” Metode penelitian menggunakan teknik *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 45 responden, sebanyak 42,2% memiliki pengetahuan baik, sedangkan 28,9% memiliki pengetahuan cukup dan kurang. Sebanyak 60,0% responden siap melakukan pertolongan pertama cedera, sementara 40,0% belum siap. Uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,003 < 0,05$.
3. (Fauzi et al., 2023), “Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Akut Dengan Metode R.I.C.E (Rest, Ice, Compression, Elevation) Pada Pemain Bola Voli Gundengan Voli Club (GVC)” Metode penelitian menggunakan teknik survey dengan pengambilan data dengan menggunakan kuisisioner atau angket. Jumlah populasi 30 orang pemain club bola voli GVC. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman pemain bola voli GVC mengenai penanganan cedera akut

dengan metode RICE tergolong baik, dengan 9 pemain berkategori sangat baik, 21 pemain berkategori baik, serta tidak terdapat pemain dalam kategori cukup maupun kurang.

4. (Sani & Isnaeni, 2024), “Survei Tingkat Pengetahuan Atlet Bolavoli Putri Tentang Cedera Pergelangan Kaki Dan Penanganan Pertama Cedera Akut” Metode penelitian dengan survey dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner tertutup. Populasi berjumlah 15 orang atlet bola voli putri dengan rentan umur 16-18 tahun. Hasil penelitian tingkat pengetahuan tentang cedera pergelangan kaki kategori ringan dengan presentase 53,33%, kategori berat 87%. Dan penanganan pertolongan pertama cedera akut dengan *Rest* 73,33%, *Ice* 93,33%, *Compression* 53,33%, *Elevation* 46,67%.
5. (Siregar & Nugroho, 2022), “Pengetahuan Atlet Terhadap Resiko, Pencegahan, Dan Penanganan Pertama Cedera Olahraga Bola Voli” Metode penelitian menggunakan survey anket dan wawancara. Populasi berjumlah 14 atlet bola voli dengan rentan umur 13-19 tahun. Hasil penelitian bahwa dari 14 responden 1 atlet menjawab selalu, 9 atlet menjawab sering kali mengalami cedera lecet, 2 menjawab hampir tidak pernah dan 2 lainnya menjawab tidak pernah mendapatkan hasil presentase 67, 1 % dapat dikatakan pada katagori kuat karena lebih dari 60 %.