

BAB V

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

1. Berdasarkan Usia

Berdasarkan temuan studi tersebut, kelompok tunggal terbesar di antara 74 responden terdiri dari sepuluh orang (13,5%) yang berusia 15 tahun. Sebanyak delapan responden (10,8%) masing-masing berasal dari kelompok usia 14 dan 16 tahun, sementara sembilan responden (12,2%) masing-masing berasal dari kelompok usia 18 dan 19 tahun. Kelompok terkecil terdiri dari dua responden (2,7%) yang berusia 12 tahun. Mayoritas responden berada pada rentang usia akhir masa remaja hingga awal masa dewasa, dengan keseluruhan rentang usia antara 12 hingga 23 tahun. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar pemain bola voli di GOR Bung Karno Purwodadi berada dalam rentang usia akhir remaja hingga awal dewasa. Masa remaja merupakan periode pertumbuhan fisik dan kognitif yang pesat, yang memberikan kemampuan tinggi bagi individu untuk menyerap dan mengolah informasi, termasuk informasi mengenai cedera olahraga.

Salah satu faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang adalah usianya. Kematangan kognitif serta kapasitas untuk menyerap dan mengolah informasi sama-sama berkembang seiring bertambahnya usia. Pada masa remaja, kemampuan kognitif individu telah berkembang sehingga mampu melakukan pemikiran secara logis dan abstrak. Kondisi tersebut memungkinkan remaja lebih mudah memahami dan menerima berbagai

informasi, termasuk pengetahuan mengenai cedera olahraga seperti ankle sprain.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2010; 2018), Usia dapat memengaruhi kondisi mental dan kemampuan seseorang dalam memproses informasi. Kematangan kognitif dan kapasitas untuk melaksanakan berbagai tugas cenderung berkembang seiring bertambahnya usia, sehingga meningkatkan pengetahuan yang diperoleh. Menurut teori perkembangan kognitif Jean Piaget, remaja juga telah mencapai tahap operasional formal, yang ditandai dengan kemampuan berpikir secara abstrak, logis, dan metodis. Pada tahap ini, remaja lebih mudah menerima pendidikan kesehatan serta memahami konsep-konsep terkait pencegahan dan penanganan cedera.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa usia remaja responden mendukung tingkat pengetahuan yang cukup baik, karena individu pada tahap ini memiliki kemampuan kognitif yang optimal untuk menyerap informasi terkait kesehatan. Namun, pendidikan berkelanjutan tetap diperlukan untuk memastikan bahwa pengetahuan tersebut diterapkan secara tepat dalam penanganan cedera di lapangan.

2. Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Berdasarkan temuan studi tersebut, 38 responden (51,4%) adalah laki-laki dan 36 responden (48,6%) adalah perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa, meskipun terdapat sedikit kecenderungan yang lebih condong ke arah laki-laki, distribusi gender responden secara umum seimbang. Kondisi ini menggambarkan bahwa jumlah laki-laki dan

perempuan yang berpartisipasi dalam kegiatan bola voli di GOR Bung Karno Purwodadi hampir sama besarnya. Perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan kemampuan dalam penanganan cedera, terutama terkait dengan pengalaman, kekuatan fisik, serta keterlibatan dalam aktivitas olahraga.

Meskipun dampaknya tidak sebesar pendidikan, pengalaman, dan ketersediaan informasi, gender merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Perbedaan pengetahuan antara laki-laki dan perempuan umumnya berkaitan dengan perbedaan peran, minat, serta keterlibatan dalam aktivitas, termasuk olahraga. Jumlah responden laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini sangat berimbang berdasarkan karakteristik gendernya; sebagai hasilnya, kedua kelompok memiliki kesempatan yang hampir sama untuk mempelajari dan mengembangkan pengalaman mengenai keseleo pergelangan kaki. Oleh karena itu, perbedaan tingkat pengetahuan yang ditemukan dalam penelitian ini lebih mungkin dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pengalaman mengalami cedera, keaktifan mengikuti latihan, edukasi dari pelatih, serta akses terhadap informasi mengenai penanganan cedera olahraga.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2010), pengetahuan dipengaruhi oleh pengalaman dan lingkungan. Dalam konteks olahraga, laki-laki cenderung lebih sering terlibat dalam aktivitas fisik yang intens, sehingga lebih berpeluang mengalami atau menyaksikan cedera seperti ankle sprain.

Pengalaman tersebut dapat memperluas pengetahuan serta meningkatkan keterampilan mereka dalam melakukan penanganan cedera.

Namun demikian, perempuan memiliki kemampuan yang sama dalam menerima dan memahami informasi. Bahkan, perempuan cenderung lebih teliti dan lebih aktif dalam mencari informasi kesehatan, sehingga pengetahuannya bisa sama atau bahkan lebih baik. Hal tersebut sesuai dengan teori Jean Piaget yang menjelaskan bahwa perkembangan kemampuan kognitif lebih berkaitan dengan tahapan perkembangan individu daripada perbedaan jenis kelamin.

Selain memengaruhi pengetahuan, jenis kelamin juga dapat berpengaruh terhadap kemampuan penanganan cedera. Laki-laki umumnya memiliki pengalaman lebih banyak dalam aktivitas olahraga sehingga lebih terbiasa menghadapi cedera dan cenderung lebih cepat dalam mengambil tindakan. Sementara itu, perempuan lebih mengedepankan ketelitian dan kehati-hatian, sehingga dapat melakukan penanganan cedera dengan lebih sistematis dengan menerapkan prinsip RICE (*rest, ice, compression, elevation*).

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa tingkat pengetahuan dan keterampilan seseorang dalam penanganan cedera tidak terutama dipengaruhi oleh jenis kelaminnya. Kedua hal tersebut lebih dipengaruhi oleh pengalaman, keterampilan, serta akses terhadap informasi. Oleh karena itu, edukasi dan pelatihan perlu diberikan secara merata kepada seluruh atlet, baik

laki-laki maupun perempuan, agar memiliki pengetahuan dan kemampuan penanganan cedera yang optimal.

B. Tingkat Pengetahuan Atlet Bola Voli Tentang Cedera Ankle Sprain

Berdasarkan temuan studi tersebut, 38 responden atau 51,4% dari total keseluruhan—memiliki tingkat keahlian yang tergolong cukup. Sementara itu, 14 responden (18,9%) termasuk dalam kategori kurang dan 22 responden (29,7%) masuk dalam kategori baik. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar pemain bola voli di GOR Bung Karno Purwodadi memiliki pemahaman yang memadai mengenai cedera keseleo pergelangan kaki (ankle sprain). Faktor-faktor seperti usia, pengalaman bermain, dan akses terhadap informasi mengenai cedera olahraga dapat memengaruhi tingkat pemahaman tersebut. Responden yang berada pada rentang usia remaja hingga dewasa muda cenderung lebih terbuka terhadap informasi baru serta menunjukkan minat yang besar dalam penanganan dan pencegahan cedera. Akan tetapi, tanpa adanya dukungan berupa pelatihan dan faktor internal lainnya, tingkat pengetahuan yang tinggi tidak selalu menjamin kemampuan seseorang untuk menerapkan pengetahuan tersebut.

Pengetahuan responden dalam penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa factor:

1. Dari segi usia, partisipan penelitian ini berusia antara 15 hingga 19 tahun, yaitu masa remaja akhir. Pada fase ini, individu mengalami perkembangan kognitif yang lebih matang, terutama dalam kemampuan berpikir logis, memahami informasi, serta mengambil keputusan. Remaja dalam rentang

usia ini juga memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan terbuka terhadap informasi baru, terutama terkait olahraga atau kegiatan lain yang mereka ikuti secara aktif. Hal ini sejalan dengan konsep perkembangan kognitif, yang menyatakan bahwa kemampuan seseorang dalam menerima, mengolah, dan memahami informasi akan meningkat seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu, kelompok usia 15 hingga 19 tahun merupakan kelompok yang lebih mudah untuk mempelajari topik mengenai keseleo pergelangan kaki.

2. Faktor pengalaman bermain, atlet bola voli yang sering mengikuti latihan maupun pertandingan memiliki peluang lebih besar mengalami atau menyaksikan cedera secara langsung. Pengalaman tersebut menjadi sumber pembelajaran yang penting, karena individu dapat memahami jenis cedera, penyebab, serta cara penanganannya melalui pengalaman nyata. Seseorang yang pernah mengalami cedera ankle sprain atau melihat rekannya mengalami cedera cenderung lebih mudah mengingat dan memahami langkah penanganan yang tepat. Hal ini mendukung gagasan bahwa pengalaman merupakan sumber utama pengetahuan, karena pengalaman tersebut diperoleh melalui kerja lapangan secara langsung dan observasi langsung.
3. Faktor akses informasi, akses terhadap informasi seperti dari pelatih, tenaga kesehatan, media sosial, internet, maupun edukasi kesehatan sangat berperan dalam meningkatkan pengetahuan atlet. Atlet yang sering mendapatkan informasi terkait cedera olahraga, baik melalui penyuluhan maupun media digital, cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik. Di era digital saat

ini, kemudahan dalam mengakses informasi menjadi faktor penting dalam meningkatkan pengetahuan, karena individu dapat memperoleh berbagai sumber pembelajaran secara cepat dan luas.

Menurut peneliti, ketiga faktor tersebut memiliki keterkaitan satu sama lain dan merupakan aspek yang saling berhubungan serta tidak dapat dipisahkan. Usia yang matang akan memudahkan seseorang dalam memahami informasi, pengalaman akan memperkuat pemahaman tersebut, dan akses informasi akan memperluas wawasan yang dimiliki. Namun, memiliki pengetahuan yang kuat tidak selalu berarti mampu bertindak, karena penerapan pengetahuan tersebut di lapangan tetap memerlukan latihan, keterampilan, dan persiapan mental.

Berdasarkan penelitian oleh (Saifulloh et al., 2024) sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik (82 orang atau 66,7%), diikuti oleh mereka dengan tingkat pengetahuan cukup (35 orang atau 28,5%) dan tingkat kurang (6 orang atau 4,9%). Hasil pengetahuan baik lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian ini. Perbedaan ini disebabkan oleh karakteristik responden seperti usia dan jenis kelamin. Atlet dalam penelitian tersebut berasal dari klub dengan pembinaan yang lebih terstruktur serta telah mendapatkan edukasi terkait cedera dan informasi yang intensif.

Afriyani Shintawati et al., 2025 menemukan bahwa hanya sekitar 41% siswa SMP yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik, sementara sisanya termasuk dalam kategori cukup dan kurang. Senada dengan hal tersebut, sebagian besar responden dalam survei ini termasuk dalam kategori pengetahuan cukup, yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mereka masih belum

optimal. Atlet bola voli cenderung lebih sering terpapar risiko cedera, baik saat latihan maupun pertandingan, sehingga mereka memiliki kesempatan yang lebih besar untuk memperoleh informasi dan pengalaman terkait penanganan cedera ankle sprain secara langsung. Pengalaman tersebut dapat menjadi sumber pembelajaran yang membantu meningkatkan pemahaman responden mengenai penanganan cedera.

Kurangnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko kesalahan dalam penanganan yang berpotensi memperparah kondisi cedera. Sebaliknya, pengetahuan baik dapat membantu atlet mengenali tanda dan gejala cedera serta melakukan tindakan yang tepat sejak awal (Sugiharto et al., 2025).

C. Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain

Berdasarkan temuan studi, sebagian besar responden (49 atau 66,2%) memiliki kemampuan cukup dalam menangani cedera keseleo pergelangan kaki, 15 responden (20,3%) memiliki keterampilan kurang, dan 10 responden (13,5%) memiliki keterampilan sangat baik. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar atlet mampu menangani cedera keseleo pergelangan kaki pada tahap awal, termasuk memberikan pertolongan pertama saat cedera terjadi. Kemampuan tersebut kemungkinan diperoleh melalui pengalaman yang didapat selama mengikuti latihan maupun pertandingan, edukasi yang diberikan melalui demonstrasi atau pelatihan, serta informasi yang diperoleh melalui pelatih, tenaga kesehatan, maupun berbagai sumber informasi lainnya. Selain itu, kepercayaan diri yang terbentuk dari pengalaman berolahraga juga dapat mendukung atlet dalam melakukan penanganan cedera secara mandiri.

Berdasarkan penelitian (Rahman et al., 2023) menunjukkan bahwa pemberian edukasi mengenai penanganan cedera ankle sprain dapat meningkatkan pemahaman atlet dari 70% menjadi 85%, meskipun peningkatannya tidak terlalu signifikan karena keterbatasan waktu dalam penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan sangat penting untuk meningkatkan kemampuan dalam menangani cedera; namun, teknik dan durasi pelatihan sangat memengaruhi efektivitasnya.

Berdasarkan penelitian oleh (Aprianti et al., 2023) para atlet memiliki tingkat pemahaman yang sedang (66,6%) mengenai metode RICE sebagai penanganan awal untuk cedera keseleo pergelangan kaki. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak atlet yang belum memahami prosedur penanganan cedera secara tepat dan masih melakukan kesalahan di lapangan, seperti hanya mengompres tanpa mengikuti langkah RICE secara lengkap.

Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki keterampilan penanganan keseleo pergelangan kaki yang cukup (66,2%), yang sejalan dengan penelitian tersebut. Hasil ini mengisyaratkan bahwa meskipun mayoritas responden memiliki kemampuan dasar yang cukup untuk menangani cedera semacam itu, kompetensi mereka masih belum optimal dan perlu ditingkatkan agar persentase responden yang masuk dalam kategori baik dapat meningkat. Kesamaan hasil antara kedua penelitian dapat dipengaruhi oleh masih terbatasnya pemahaman dan keterampilan atlet dalam menerapkan prosedur penanganan cedera secara lengkap dan benar. Selain itu, kemampuan dalam melakukan penanganan cedera juga dapat dipengaruhi oleh berbagai

faktor, yaitu pengalaman yang dimiliki, kemudahan memperoleh informasi kesehatan, keterlibatan dalam pelatihan pertolongan pertama, serta edukasi yang diberikan oleh pelatih dan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan edukasi dan pelatihan secara berkesinambungan guna meningkatkan keterampilan atlet dalam menangani cedera ankle sprain dengan tepat.

Namun demikian, kemampuan ini ternyata tidak semua atlet memiliki kemampuan menangani cedera. Hal ini disebabkan karena kurangnya pelatihan atau edukasi praktis terkait pertolongan pertama cedera olahraga, takut salah atau tidak percaya diri, kurang motivasi, dan tidak terbiasa dalam situasi darurat (Sumantri et al., 2024).

Kemampuan penanganan cedera ankle sprain dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain:

1. Pengetahuan

Kemampuan seseorang dalam bertindak sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya. Atlet akan lebih mampu memberikan pertolongan pertama yang tepat jika mereka memiliki pemahaman yang kuat mengenai cedera dan cara penanganannya. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan kesalahan dalam penanganan cedera, seperti yang ditemukan pada penelitian (Aprianti et al., 2023).

2. Pengalaman

Pengalaman merupakan faktor penting dalam meningkatkan keterampilan. Atlet yang pernah mengalami cedera atau menangani cedera sebelumnya cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik. Pengalaman

memungkinkan individu untuk belajar secara langsung sehingga meningkatkan kepercayaan diri dalam melakukan tindakan.

3. Edukasi dan pelatihan

Edukasi serta pelatihan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan individu. Penelitian (Nilawati et al., 2025) menunjukkan bahwa edukasi dapat meningkatkan pemahaman penanganan cedera ankle sprain.

4. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri turut berperan dalam meningkatkan keberanian atlet untuk memberikan pertolongan pertama saat terjadi cedera. Atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih sigap dalam menangani cedera (Grova et al., 2024).

5. Akses informasi

Kemudahan akses informasi melalui media, pelatih, maupun tenaga kesehatan dapat meningkatkan pemahaman atlet mengenai penanganan cedera (Winata et al., 2025).

D. Hubungan Pengetahuan Dengan Kemampuan Penanganan Cedera Ankle Sprain

Hasil uji korelasi Spearman Rank menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,780 dan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000. Hal ini mengindikasikan adanya korelasi yang signifikan antara pengetahuan dan kemampuan dalam menangani cedera keseleo pergelangan kaki. Skor korelasi 0,780 tersebut

menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara tingkat pengetahuan seseorang dan kemampuannya dalam menangani cedera tersebut.

Bagi pemain bola voli, memahami cedera keseleo pergelangan kaki termasuk penyebab, gejala, dan penanganan awalnya sangatlah penting untuk mengetahui langkah yang harus diambil saat terjadi cedera. Dengan pengetahuan yang baik, atlet dapat melakukan penanganan yang tepat sehingga dapat mencegah komplikasi atau cedera yang lebih parah. Namun, perlu dipahami bahwa tingkat pengetahuan seseorang tidak selalu sejalan secara langsung dengan kemampuan dalam praktik. Dalam penelitian ini masih ditemukan kondisi di mana responden tahu (pengetahuan baik), tetapi belum mampu melakukan dengan benar dan mampu melakukan, meskipun tingkat pengetahuan tidak maksimal.

Hasil penelitian ini menunjukkan kesesuaian dengan temuan pada penelitian (Wang et al., 2026) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan positif dengan praktik penanganan cedera ankle sprain dengan nilai korelasi sebesar $r = 0,4772$ dan $p < 0,001$. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa individu yang memiliki pengetahuan lebih baik cenderung menunjukkan kemampuan praktik dalam menangani cedera yang lebih optimal. Namun demikian, kekuatan hubungan pada penelitian ini lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian tersebut. Hal ini dapat disebabkan oleh karakteristik responden dalam penelitian ini yang sebagian besar merupakan atlet, sehingga memiliki pengalaman langsung dalam menghadapi cedera.

Pengalaman tersebut memperkuat penerapan pengetahuan ke dalam tindakan nyata, sehingga menghasilkan kemampuan penanganan yang lebih baik.

Secara teoretis, pengetahuan merupakan ranah kognitif yang sangat memengaruhi perilaku seseorang. Konsep-konsep terkait perilaku kesehatan menyatakan bahwa pengetahuan menjadi landasan bagi pembentukan perilaku. Seseorang yang memiliki informasi memadai akan lebih mampu memahami teknik penanganan cedera yang tepat seperti konsep pertolongan pertama sehingga dapat mengurangi risiko cedera yang lebih parah. Selain itu, temuan penelitian menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan berdampak signifikan terhadap kompetensi, faktor-faktor lain seperti pelatihan, pengalaman, dan kepercayaan diri juga memegang peranan penting. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa pengetahuan saja tidaklah cukup tanpa disertai penerapan nyata atau pengalaman langsung dalam melaksanakan suatu tugas.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa peningkatan pengetahuan sangat penting untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam menangani keseleo pergelangan kaki. Kemampuan seseorang dalam menangani cedera akan meningkat seiring dengan bertambahnya pengetahuan, terutama jika disertai dengan pelatihan dan pengalaman yang memadai.

Penelitian yang menunjukkan bahwa keseleo pergelangan kaki yang tidak ditangani dengan baik dapat berkembang menjadi ketidakstabilan pergelangan kaki kronis (CAI) mendukung kesimpulan tersebut (Lin et al., 2021). Ketidakstabilan pergelangan kaki yang berulang dan risiko cedera kembali yang

lebih tinggi merupakan ciri khas dari sindrom ini. Hal ini menegaskan betapa pentingnya penanganan cedera awal yang tepat untuk mencegah masalah jangka panjang. Dengan demikian, individu yang memiliki pengetahuan memadai lebih mampu menangani cedera secara tepat, sehingga mengurangi kemungkinan cedera kembali dan dampak lanjutannya. Hasil-hasil ini sejalan dengan temuan studi yang menunjukkan adanya korelasi kuat ($r = 0,780$) antara tingkat pengetahuan dan kemampuan menangani keseleo pergelangan kaki, khususnya, tingkat pengetahuan yang tinggi mendukung penerapan penanganan cedera yang tepat, yang pada gilirannya membantu mencegah komplikasi seperti ketidakstabilan pergelangan kaki kronis.

E. Keterbatasan Penelitian

Penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan kemampuan penanganan cedera ankle sprain pada atlet bola voli di gor bung Karno purwodadi memiliki keterbatasan sebagai berikut:

1. Pengumpulan data menggunakan kuesioner sehingga sangat bergantung pada pemahaman dan kejujuran responden, serta terdapat kemungkinan jawaban mereka mengandung bias.
2. Penelitian ini tidak mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan penanganan cedera seperti pengalaman cedera sebelumnya atau pelatihan khusus.
3. Penelitian ini bersifat *cross-sectional* sehingga hanya menggambarkan kondisi pada satu titik waktu tertentu dan tidak dapat melacak perubahan variabel dari waktu ke waktu.