

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Futsal adalah olahraga dinamis yang dimainkan oleh 5 orang terdiri dari 1 penjaga gawang 2 pemain bertahan dan 2 penyerang. Futsal berasal dari bahasa spanyol gabungan 2 suku kata yaitu “*Futbol*” dan “*sala*”. *Futbol* berarti sepakbola dan *sala* berarti ruangan.¹ Singkatnya futsal adalah sepakbola yang disederhanakan.² Futsal merupakan olahraga dinamis dimana bola dituntut untuk bergerak dengan cepat terus menerus dari kaki ke kaki secara akurat dan tepat. Begitupun para pemain yang sama-sama dituntut untuk bergerak dan aktif pada saat pertandingan di mulai.^{1,3}

Olahraga futsal memiliki tingkat risiko cedera yang sangat tinggi,¹ faktanya futsal termasuk 10 besar olahraga yang memiliki risiko cedera yang tinggi.⁴ Jenis cedera yang umum dan sering terjadi meliputi keseleo, memar, dan ketegangan otot.^{4,5} Menurut data WHO (2013), risiko cedera akibat bermain futsal diperkirakan sebanyak 235 kasus dari 1.000 pemain.⁶ Mengutip dari data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2015, jumlah cedera yang diakibatkan oleh pertandingan futsal di seluruh Indonesia berjumlah 6.936 kasus.^{6,7}

Cedera merupakan suatu kondisi dimana terjadi kerusakan pada struktur dan fungsi jaringan sehingga menyebabkan munculnya tanda-tanda inflamasi yang menyebabkan fungsi dari anggota tubuh yang mengalami cedera menjadi terbatas.^{8,9}

Cedera olahraga adalah cedera yang terjadi pada jaringan tubuh disebabkan oleh aktivitas fisik pada saat olahraga. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa risiko cedera yang paling rentan terjadi yaitu pada tubuh bagian kaki sebesar 77% sedangkan cedera bagian lutut sebanyak 21% dan cedera pada pergelangan kaki sebesar 18%.⁶

Penanganan pertama cedera adalah upaya *preventif* untuk mencegah terjadinya cedera yang semakin parah dan berkelanjutan.^{9,10} Oleh sebab itu penanganan cedera menjadi aspek penting bagi mereka. Dengan penanganan yang tepat dan optimal, cedera dapat dikelola untuk mengurangi rasa sakit, mengurangi pergerakan yang terganggu, mempercepat proses *recovery* sehingga mereka dapat kembali pada performa terbaiknya.¹¹

Salah satu upaya penanganan pertama cedera yaitu dengan metode PRICE (*Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation*). Ketika pemain futsal mengalami cedera baik sedang latihan atau pertandingan, sebaiknya melakukan pertolongan pertama terhadap cedera tersebut dengan menggunakan metode PRICE.¹² Oleh sebab itu pengetahuan penanganan pertama cedera dapat menjadi bekal bagi mereka ketika mengalami cedera sehingga mereka dapat melakukan pertolongan pertama cedera dengan tepat dan dapat mencegah terjadinya cedera yang berkelanjutan.¹³

Metode PRICE adalah metode yang digunakan untuk penanganan pertama cedera yang terjadi saat latihan maupun pertandingan. Teknik PRICE merupakan bagian dari salah satu perawatan klinis yang memiliki banyak variasi, kombinasi dan bermanfaat untuk mengurangi cedera. Penanganan pertama cedera yang efektif dilakukan dengan prinsip PRICE, yaitu: 1) *protection*, lindungi daerah cedera dari hal yang

membahayakan, tujuannya agar cedera yang dialami tidak semakin parah, 2) *rest*, Istirahatkan daerah yang cedera, 3) *ice*, simpan es pada daerah yang mengalami cedera selama kurang lebih 15-20 menit menggunakan kain atau handuk dan tidak boleh diletakan langsung di atas kulit, 4) *compression*, kompresi dengan dilakukan balut tekan dari *distal* ke *proximal* menggunakan perban elastis, 5) *elevation*, meninggikan daerah yang mengalami cedera melebihi posisi dada setinggi 30 cm dengan menggunakan bantal serta lakukan mobilisasi apabila mengalami dislokasi.^{9,12}

Bandung Futsal League (BFL) merupakan *event* perlombaan futsal antar klub futsal di Kota Bandung. Tujuan diselenggarakannya lomba ini adalah sebagai wadah bagi pemain muda di Kota Bandung untuk menyalurkan hobinya, sehingga mereka dapat bersaing secara sehat untuk mendapatkan prestasi yang mereka inginkan.¹⁴ Cedera sering kali dialami oleh para pemain, sehingga memiliki pengetahuan mengenai penanganan pertama cedera menjadi hal yang sangat penting. Inilah yang mendorong dilakukannya penelitian ini. Saat ini belum ada penelitian di Kota Bandung yang secara khusus membahas tentang penerapan metode PRICE dalam penanganan pertama cedera. Akibatnya manfaat metode ini belum dapat dirasakan oleh para pemain futsal di Kota Bandung. Sebagian besar pemain masih mengandalkan pijaturut saat mengalami cedera, meskipun cara tersebut kurang tepat dan berpotensi memperburuk kondisi cedera.

Berdasarkan hal tersebut peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Tingkat Pengetahuan Penanganan Pertama Cedera dengan Metode PRICE pada Peserta *Bandung Futsal League* 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah penulis jelaskan diatas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan penanganan pertama cedera dengan metode PRICE pada peserta *Bandung Futsal League 2024*. Maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu bagaimana tingkat pengetahuan penanganan pertama cedera dengan metode PRICE pada peserta *Bandung Futsal League 2024*.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan penanganan pertama cedera dengan metode PRICE pada peserta *Bandung Futsal League 2024*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian mengenai gambaran pengetahuan penanganan pertama cedera dengan metode PRICE pada peserta *Bandung Futsal League 2024* diharapkan dapat menambah ilmu dan wawasan baru bagi para peserta. Sehingga mereka mampu mengetahui langkah awal penanganan pertama cedera dengan tepat, menjadi pengalaman baru bagi peneliti yang nantinya akan menjadi bahan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi informasi yang berfungsi sebagai pengedukasi bagi praktisi kesehatan dan juga masyarakat umum khususnya olahragawan mengenai penanganan pertama terhadap cedera. Sehingga mereka mampu mengetahui apa saja yang harus dilakukan ketika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan, dan mereka mampu mengaplikasikan penanganan pertama cedera apabila terjadi pada saat latihan maupun pertandingan. Mengingat jika penanganan pertama tidak ditangani dengan tepat maka akan berdampak kurang baik dan merugikan untuk pemain futsal Kota Bandung di masa yang akan datang.