

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu kebutuhan pokok manusia yang harus di penuhi oleh setiap manusia. Melalui pendidikan, lebih mulai membangun cita-cita guna mendapatkan kedudukan dan penghidupan yang lebih baik di mata Tuhan dan sesamanya. Sekolah dasar (SD) merupakan jenjang yang paling dasar pada pendidikan formal di sekolah di Indonesia. Dalam Undang-Undang sistem pendidikan Nasional (UU Nomor 20 tahun 2001) pasal 17 mendefinisikan pendidikan dasar sebagai berikut: (1) pendidikan dasar merupakan jenjang yang melandasi jenjang pendidikan menengah; (2) pendidikan dasar berbentuk sekolah dasar (SD). (<http://kemdiknas.go.id>)

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang bertujuan untuk memperbaiki kinerja dan meningkatkan perkembangan manusia dengan menggunakan media aktivitas jasmani yang di pilih untuk merealisasikannya. Aktivitas pendidikan jasmani merupakan aktivitas yang biasanya dilakukan di luar ruangan atau luar kelas, macam aktivitas jasmani yaitu ; bermain, olahraga, senam , dan lain-lain. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) sangat berpotensi mendatangkan cedera karena karakteriktiknya yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya yang berlangsung di kelas. Selain itu aktivitas yang dilakukan dalam pembelajaran PJOK siswa biasanya melakukan kontak fisik secara langsung.

Aktivitas olahraga yang ada di pembelajaran PJOK, sangat berpotensi menimbulkan cedera. Terlebih apalagi dilakukan oleh siswa dasar yang memiliki

kekuatan fisik yang lemah. Dan bahkan siswa juga masih sering sekali mengalami cedera olahraga ketika mengikuti atau setelah selesai pembelajaran PJOK di sekolah. Jenis olahraga yang dilakukan juga sangat terpengaruh terhadap kecelakaan yang mungkin di timbulkan. Sarana dan prasarana juga sangat mempengaruhi kelancaran dan keselamatan pembelajaran PJOK di sekolah. Dengan adanya PJOK, diharapkan siswa memiliki kesehatan jasmani yang baik. Sehingga menunjang perkembangan (fisik dan mental) serta aktivitas siswa dalam menerima materi pembelajaran yang lain. Berhasil atau tidaknya proses tersebut, di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain guru PJOK, siswa, sarana prasarana.

Guru memiliki peran penting dalam pelaksanaan PJOK di sekolah. Pembelajaran harus di siapkan dengan matang oleh Guru PJOK. Seorang Guru PJOK juga harus memiliki pengetahuan dan keteampilan dalam upaya pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran. Cedera merupakan suatu tenaga yang berlebih atau terlalu berat dalam beraktifitas sehingga menimbulkan rasa sakit , cacat, atau rasa nyeri lainnya. Kesalahan dalam menangani kecelakaan dapat mengakibatkan cedera kepada siswa. Cedera harus di tangani dengan benar. Apabila terjadi kesalahan dalam penanganan cedera, dapat menimbulkan cedera semakin parah bahkan kematian. Hal ini di karenakan , siswa sekolah belum bisa memiliki rasa hati-hati yang cukup. Siswa bersemangat dan selalu ingin bisa melakukan apa yang diinstruksikan oleh guru, tanpa menyadari akan terjadi kecelakaan ketika berolahraga.

Guru adalah seorang pribadi yang layak untuk di guu dan juga di tiru, yang dalam artiannya guru harus menjadi teladan atau model kehidupan bagi peserta didiknya. Menjadi seorang teladan adalah suatu hal yang tidak mudah, seorang

guru harus mampu untuk menyesuaikan apa yang akan di ajarkan. Karena ada kalanya peserta didik akan mendengar apa yang di sampaikan gurunya kepadanya . itulah sebabnya guru menjadi seorang teladan sangat di butuhkan bagaimana mengenal bagaimana peserta didik. Seorang guru harus mengubah pola hidupnya dan juga mengubah bagaimana mereka. Kesadaran sebagai guru yang sudah profesional merupakan panggilan mulia membuat kita tidak pernah berhenti belajar dan mengajar. Di sini guru juga di tuntutan memiliki pengetahuan yang luas sebagai hal yang harus di sesuaikan dengan peserta didik. Guru merupakan sebuah titel terhormat, yang membawa misi yang mulia bagi kehidupan ini (Panjaitan Mardi, 2019:6)

Guru adalah orang terdekat ketika anak-anak berada di lingkungan sekolah. Guru perlu memahami dan mampu memberikan pertolongan pertama pada anak ketika mengalami kecelakaan atau kondisi buruk di lingkungan sekolah (Setiani & Priyonoadi, 2015:8). Tindakan pertolongan pertama diberikan ketika anak mengalami jatuh, cedera atau mungkin kondisi berbahaya lainnya yang mengancam nyawa seperti pada anak-anak yang memiliki riwayat penyakit jantung bawaan atau masalah pernapasan seperti asma (Swasanti & Putra, 2014:42). Keterampilan seperti ini memberikan bantuan hidup dasar serta balut bidai perlu dimiliki oleh guru sekolah dasar. Seorang guru sangat perlu mendapatkan informasi maupun pelatihan tentang bagaimana caranya memberikan pertolongan pertama kecelakaan pada anak di lingkungan sekolah (Kemenkes Ri, 2018:8).

Peserta didik merupakan sumber daya utama dalam mengikuti pembelajaran dan terpenting dalam proses pendidikan, termasuk pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan. Tidak ada peserta didik tidak ada guru yang akan bertanggung jawab dalam bagian proses belajar mengajar. Kehadiran peserta didik menjadi keniscayaan dalam proses pendidikan, peserta didik sangat penting dalam bagian proses belajar mengajar. Optimasi pertumbuhan dan perkembangan peserta didik tentu saja diragukan perwujudannya bagaimana pertumbuhan dan perkembangan seorang peserta didik, tanpa kehadiran guru yang bisa di sebut sebagai profesional. Sebutan “peserta didik” itu menggantikan sebutan “siswa” atau “murid” atau “pelajar” atau “*student*” (Kusmaedi,2010:3). Dengan adanya peran sebagai guru Peserta didik sekolah dasar akan berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses gerak yang akan dilakukan. Namun peserta didik juga merupakan orang yang belum dewasa dalam memiliki potensi di maksud umumnya terdiri dari tiga kategori yaitu; kognitif, afektif, dan psikomotor.

Pertumbuhan merupakan suatu kondisi yang menunjukkan bahwa perubahan ukuran tentang bagaimana bertambah tingginya pengetahuan peserta didik dalam bergerak. Perkembangan peserta didik merupakan pada dasarnya tergantung dari usaha tersebut dalam mengembangkan dirinya (James, 2006:21). Di dalam konsep gerak peserta didik merupakan salah satu ciri dari kehidupan bagaimana berumbuhnya peserta didik. Proses gerak tidak begitu saja terjadi pada diri manusia. Karena untuk dapat melakukan suatu gerakan pada tubuh perlu proses, mulai dari adanya ransangan, dikelola dalam pikiran, dan kemudian di tampilkan melalui respon yang dilakukan oleh tubuh peserta didik. Tujuan akhir belajar gerak peserta didik adalah untuk “kemampuan penguasaan keterampilan” keterampilan seseorang atau peserta didik dalam tugas gerak tertentu menentukan seberapa besar kemampuan peserta didik itu dalam menyelesaikan tugas yang di berikan dengan derajat keberhasilan yang di kategorikan tinggi.

Pada umumnya dasar gerak bertujuan untuk mendapatkan tahapan yang paling sempurna, dan tentunya hal tersebut tidak akan tercapai dengan secara instan, karena untuk mencapai gerakan yang sempurna dibutuhkan suatu rangkaian atau urutan gerak yang teratur, cepat, tepat, dan lancar. Keterampilan gerak dapat dicapai dengan cara latihan atau dengan berbagai keterlibatan dengan berbagai pengalaman dalam gerak. Kebutuhan akan gerak pasti tercapai jika semua anak aktif bergerak, senang serta gembira melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Belajar gerak memiliki tujuan untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak secara efektif dan efisien. Penampilan yang terampil merupakan akhir dari semua proses pembelajaran gerak pada peserta didik.

Peserta didik di Sekolah Dasar yang mungkin memiliki riwayat penyakit bawaan, kadang juga mudah lelah ketika beraktifitas, misalnya terampil gerak saat mengikuti kegiatan olah raga atau senam di sekolah, kondisi ini sering menimbulkan keadaan yang berbahaya bagi anak dengan karakter seperti tersebut (Setiani & Priyonoadi, 2015:42). Berbicara tentang cedera olahraga banyak jenisnya dan dapat dikelompokkan atas dasar tempat, proses, dan waktu terjadinya cedera, (Lutan, 2001:42). Secara umum macam-macam dalam cedera yang mungkin terjadi adalah cenderung terjadi adalah: cedera memar, cedera ligamentum, cedera pada otot dan tendo, pendarahan pada kulit, dan pingsan. Cedera yang sering terjadi pada anak sekolah dasar ialah terkilir atau sering disebut keseleo, memar akibat terjadi pada saat berolahraga, lecet akibat terjatuh pada saat bermain, benturan saat bermain, mimisan, bendolan akibat terantuk dll. Selaras dengan (Arif Setiawan 2011:95) adapun penyebab cedera olahraga biasanya akibat dari trauma/benturan langsung ataupun latihan yang berulang-

ulang dan juga dapat karena pola pikir yang ingin tahu , sehingga gerakan dapat banyak yang masih kurang benar bahkan bermain dengan waktu yang sangat lama. Dalam cedera olahraga terdapat dua faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor luar dan faktor dalam.

Berikut ini merupakan Faktor ini dapat di sebut dengan faktor dari luar yaitu: (a) sepak bola, tinju, karate (b) alat olahraga : stick hokey, raket, bola. (c) kondisi lapangan licin, sempit, berlubang, banyak batu, tidak rata, becek. Sedangkan faktor dari dalam , yaitu : (a) Faktor anatomi. Panjang tungkai tidak sama, *arcus* kaki rata, kaki cinjit, sehingga pada waktu lari akan mengganggu gerakan. (b) latihan gerakan/pukulan yang keliru misalnya : pukulan *backhand*. (c) adanya kelemahan otot. (d) tingkat kebugaran rendah dan penggunaan yang berlebihan/*overuse*. Gerakan atau latihan yang berlebihan dan berulang-ulang dalam waktu relatif lama/*mikro* trauma dapat menyebabkan cedera, walaupun cedera ringan namun tetap saja di sebut dengan cedera.

Guru PJOK sangat penting memiliki pengetahuan tentang bagaimana cara-cara dalam penanganan cedera yang mungkin akan terjadi pada peserta didik di sekolah. Pengetahuan tentang cara-cara pencegahan dan penanganan cedera bagi guru PJOK sangatlah penting dimiliki karena pada dasarnya cedera yang dialami oleh siswa pada saat pembelajaran PJOK berlangsung akan segera dapat ditangani oleh siswa pada saat pembelajaran PJOK berlangsung akan segera dapat ditangani oleh guru PJOK tanpa harus langsung menuju rumah sakit ataupun pihak ahli dalam penyembuhan cedera. Pencegahan dan perawatan cedera pertama yang dilakukan oleh guru dapat meredakan cedera yang dialami oleh siswa yang

mengalami itu, penanganan yang salah saat pertama kali di tangani dapat berakibatkan buruk di kemudian hari.

Dalam jurnal ilmu keperawatan yang berjudul kejadian cedera pada anak usia sekolah dasar: studi deskriptif oleh Usman dkk (2021:59) menyatakan bahwa kejadian cedera pada anak usia sekolah di daerah pedesaan maupun perkotaan tentunya mengalami perbedaan. Menurut Myres (2011) melaporkan bahwa anak di daerah pedesaan lebih beresiko mengalami cedera lebih tinggi dibandingkan dengan perkotaan. Hal ini disebabkan oleh pada daerah pedesaan pengawasan orang tua sangat minim, anak terkadang tidak diantar kesekolah, bahkan ada beberapa orang tidak mengetahui apakah anaknya sudah pergi ke sekolah atau belum, jadi hal ini dapat menyebabkan resiko cedera terhadap anak lebih beresiko. Dalam hal ini dari beberapa panduan yang berkaitan dengan buku saku, sudah banyak yang mengembangkan tentang buku saku apalagi yang berkaitan dengan penanganan cedera olahraga. Buku saku ini memiliki keunikan tersendiri, hal ini yang membuat buku saku ini berbeda dengan buku saku pada umumnya. Hal ini yang membedakan terletak pada bagian obat tradisional suku batak karo, di dalam buku saku ini di jelaskan bahwa mengenai obat-obatan untuk cedera olahraga.

Dalam penelitian ini penulis mengangkat masalah tentang pengembangan buku saku yang didalamnya meteri tentang penanganan cedera olahraga pada proses belajar mengajar Penjas bagi guru PJOK di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Berastagi, Kabupaten Karo. Seorang guru wajib mengetahui cara penanganan dan pertolongan cedera, pada saat berlangsungnya proses pembelajaran yang berkualitas perlu segera mendapat perhatian dan penanganan yang serius dari pihak-pihak yang ada di dalamnya.

**Tabel 1.1 Jumlah Guru dimasing masing Sekolah Dasar Se-Kecamatan Berastagi kabupaten karo**

No	Nama Guru	Mengajar di	Tamatan	Pembelajaran PPC	
				Ya	Tidak
1.	Rugun R Simanulang	SD Negeri 040458 Berastagi	Unimed'09		√
2.	Rencana sitohang	SD Negeri 040462	Unimed'09		√
3.	Dian Pranata Tarigan	SD Swasta Trinity	Unimed'12	√	
4.	Nuriati	SD Negeri Impres 1	Stok binaguna'2010	√	
5.	Pretty Br Sembiring	SD Negeri 040457	Unimed'18	√	
6.	Dies Sitepu	SD Swasta Methodist Berastagi	Unimed'12	√	
7.	Romila Sari	Sd Swasta Gemilang Berastagi	Unimed'19	√	
8.	Mayor Tarigan	SD Negeri 040459	Stok binaguna'13	√	
9.	Limia Tridewani Br Tarigan	SD Swasta Masehi Berastagi	Unimed'15	√	
10.	Adam Ginting	SD Swasta Masehi Berastagi	Unimed'17	√	

Sumber : Dinas Pendidikan Pemerintah Kabupaten Karo tahun 2020.

Hasil observasi dan temuan peneliti adapun permasalahan yang terjadi saat ini dan belum terselesaikan, sebagai berikut :

- 1) Bahwa sebagai Guru PJOK, sering sekali ditemukan bahwa pada saat pembelajaran Penjas bahwa anak-anak sering terjatuh, terbentur sampai guru PJOK bingung dalam hal penanganannya dan ujung-ujungnya langsung ke UKS.
- 2) Ketika cedera selalu terjadi kepada setiap anak, itu dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut.
- 3) Kurangnya informasi dan arahan dalam menangani cedera secara cepat dan tepat jika terjadi cedera.

- 4) Tidak semua sekolah ada fasilitas UKS dan P3K yang lengkap, bahkan orang yang berkompeten dalam bidang penanganan cedera

Dalam hal ini peneliti dapat menyimpulkan Buku saku adalah paduan dan sebagai referensi untuk dapat menangani pada saat terjadi cedera olahraga di sekolah, mungkin tidak hal baru lagi namun dapat kemungkinan dapat terjadi berbagai banyak pengetahuan dari pengembangan buku saku tersebut, yang simple, kecil, lengkap, dan mudah di pahami dapat di bawa kemana-mana walaupun buku saku ini akan bertempat di ruang Bp atau ruang UKS agar setiap orang dapat membacanya serta sispapun bisa menggunakan buku saku ini. Sumber belajar alternatif yang dikembangkan melalui penelitian ini adalah buku saku. Buku saku merupakan buku berukuran kecil yang mudah dibawa dan dapat dimasukkan ke dalam saku (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1990:811).

Buku saku yang dikembangkan melalui penelitian ini berukuran 10 cm x 7 cm sehingga mudah dibawa ke manapun dan uraian bacaan pada setiap halamannya relatif pendek. Penyajian buku saku ini menggunakan banyak gambar dan warna sehingga memberikan tampilan yang menarik. Siswa cenderung menyukai bacaan yang menarik dengan sedikit uraian dan banyak gambar atau warna (Wardhani, 2012:12). Menurut Setyono (2013:13) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa media pembelajaran yang dikembangkan berupa buletin Penanganan cedera pada saat proses belajar mengajar untuk guru PJOK dalam bentuk buku saku memiliki kriteria sangat baik berdasarkan penilaian dari ahli materi, ahli Bahasa Indonesia, dan ahli desain memberikan rata-rata penilaian sebesar 86,56 %.

Dari latar belakang masalah yang sudah di dapat bahwa kegunaan penelitian dan pengembangan ini diharapkan dapat memberi manfaat teoritis dalam bidang penanganan cedera di sekolah dasar. Diharapkan pengembangan buku saku ini dapat menjadi sumber pedoman bukan hanya untuk guru Penjas pada saat terjadinya cedera olahraga pada siswa sekolah dasar dan untuk meningkatkan pemahaman Guru Penjas dan setiap guru dalam hal tentang penanganan cedera. Buku saku penanganan cedera dapat membantu Guru PJOK dan semua guru agar dapat selalu *Ready* setiap terjadi cedera di sekolah. Buku saku penting bagi guru PJOK sebagai buku pedoman pribadi. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti berencana untuk melakukan pengembangan dan penelitian dengan judul “Pengembangan Buku Saku Penanganan Cedera Olahraga Di Sekolah Dasar”.

### **1.2. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas dan menghindari pembatasan yang terlalu luas, maka yang menjadi pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah Pengembangan Bukusaku Penanganan Cedera Olahraga Di Sekolah Dasar.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Atas dasar uraian di atas, rumusan dalam penelitian ini dapat dirumuskan :  
apakah buku saku penanganan cedera layak digunakan guru di Sekolah dasar ?

#### 1.4. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Membuat buku saku penanganan cedera olahraga di sekolah dasar.
- b. Mengetahui kelayakan buku saku penanganan cedera olahraga di sekolah dasar.

#### 1.5. Manfaat penelitian

Manfaat teoritis yang diharapkan muncul dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan akan menganalisis tesis mengenai tema pengembangan buku saku penanganan cedera pada proses belajar mengajar penjas untuk guru PJOK di sekolah dasar. Serta dapat dijadikan sebagai salah satu referensi ilmu pengetahuan bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, bahkan khusus dalam penanganan cedera serta pencegahan cedera secara tepat dan menjadi bahan kajian pada penelitian selanjutnya.

##### b. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini dari segi praktis kepada pihak-pihak berikut:

##### 1. Bagi guru

Penelitian ini dapat memberikan solusi tentang masalah yang dihadapi peserta didik dalam cedera olahraga pada saat mengikuti pembelajaran penjas.

##### 2. Bagi sekolah

Bagi sekolah penelitian ini dapat berguna sebagai alat untuk menambah wawasan dan pengetahuan, serta pertolongan pada saat di perlukan.

### 3. Bagi masyarakat

Bagi masyarakat, dapat menjadi pengetahuan yang dapat digunakan ketika terjadi cedera.

### 4. Bagi peneliti

Bagi peneliti, untuk mengetahui manfaat dari pengembangan buku saku penanganan cedera dan mudah digunakan, serta menambah ilmu pengetahuan dalam cedera olahraga.

## **1.6. Spesifikasi produk yang di kembangkan**

Spesifikasi Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah Buku saku penangan cedera yang akan mudah dan sangat praktis untuk mengembangkan pengetahuan, pemahaman tentang penangan cedera, dengan adanya buku saku penanganan cedera tersebut Guru PJOK dapat cepat dan tepat menangani cedera jika terjadi, bahkan Buku saku tersebut mudah dibawa kemana-mana Karena di dalam buku saku tersebut buku yang berisikan pengetahuan akan cedera, penangan cedera, pencegahan cedera secara tepat dan cepat yang di mana akan di tampilkan oleh gambar, dan keterangannya pastinya agar lebih mudah dipahami, mudah dibawa kemana-mana, lebih praktis serta berguna bagi Guru sekolah dasar dalam mengurangi resiko cedera dan penanganan cedera pada saat terjadi cedera.