

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mengikuti suatu pertandingan baik pada tingkat daerah, nasional maupun international adalah merupakan suatu harapan dan kebanggaan bagi setiap atlet PPLP Sumut (Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Utara) yang sudah berlatih secara bertahap dan berkesinambungan. Setiap atlet pastinya ingin menunjukkan penampilan dan performa terbaiknya tidak hanya saat latihan, saat pertandingan juga mereka pastinya akan menunjukkan performa yang terbaik sehingga mereka dapat berprestasi dan mengharumkan nama Sumatera Utara dalam event-event pertandingan yang diikuti. Untuk mencapai hal tersebut, atlet harus mempersiapkan dirinya dengan baik dan harus berlatih sesuai dengan program latihan yang diberikan oleh pelatih agar dapat tampil maksimal dalam ajang kejuaraan atau pertandingan yang telah dijadwalkan.

PPLP Sumut berlokasi di Jalan SMA Negeri 15 No. 7A, Sunggal, Medan Sunggal, Kota Medan, Sumatera Utara. PPLP Sumut berada dibawah naungan DISPORA SUMUT (Dinas Pemuda dan Olahraga Sumatera Utara), merupakan salah satu wadah untuk membina dan melatih atlet-atlet yang berjumlah 126 atlet yang terdiri dari 13 cabang olahraga, para atlet tinggal di Asrama PPLP Sumut.

Seluruh cabang olahraga tidak mudah untuk meraih prestasinya. Mereka harus benar-benar mempersiapkan diri saat berlatih dan mengikuti kejuaraan. Sudah pasti, prestasi yang ingin dicapai oleh seluruh atlet untuk membanggakan Sumatera Utara serta Orang tua. Seluruh atlet juga harus memperhatikan

kesehatan dan keseriusan saat berlatih. Cedera saat ini bisa terjadi pada siapa saja, baik karena aktivitas olahraga maupun karena aktivitas sehari-hari.

Pada kenyataan yang terjadi di lapangan, hampir di setiap cabang olahraga PPLP terdapat atlet yang mengalami cedera dan tidak dapat melanjutkan latihan atau tidak bisa mengikuti latihan dengan intensitas yang tinggi sesuai program dari setiap pelatih. Akibat cedera olahraga yang dialami, seorang atlet harus berhenti berlatih atau beristirahat serta menjalani pengobatan dan terapi untuk memulihkan cederanya. Sebagai akibat dari cedera yang dialami, seorang atlet harus memulai latihannya dari awal untuk mengembalikan kekuatan otot yang cedera. Performa terbaik atlet sebelum dan sesudah terkena cedera pasti akan berbeda dan mengalami penurunan yang cukup drastis. Apabila atlet dipaksa untuk melakukan latihan melebihi kemampuannya, maka cedera yang pernah dialami dapat kambuh kembali.

Menurut Griffith Winter (1986: 16) mengemukakan cedera adalah mencakup informasi dari kategori seperti sebab, resiko atau perawatan umum. Ini juga mencakup bagian tubuh utama (tulang, otot, *ligament*, saraf dan jaringan lainnya) yang terlibat dalam cedera pada saat cedera terjadi. Cacat lain yang terjadi seperti luka kemungkinan juga dapat terjadi komplikasi. Cedera olahraga adalah kelainan yang dialami tubuh yang diakibatkan oleh kegiatan melampaui batas kemampuan tubuh sebagai akibat berolahraga.

Wibowo (1995:11) menyatakan bahwa “Cedera olahraga (*sport injury*) yaitu segala macam cedera yang timbul, baik pada waktu latihan maupun

pada waktu berolahraga (pertandingan) ataupun sesudah pertandingan. Yang biasa terkena ialah tulang, otot, tendo serta ligamentum.

Data menunjukkan distribusi dalam persentase kemungkinan-kemungkinan cedera yang terjadi yaitu, kepala 1%, leher 1,5%, lengan 14%, badan 1%, punggung 16%, tangan dan pergelangan tangan 4%, pinggang/pinggul 5,5%, paha 9%, lutut 22,5%, kaki/tungkai bawah 10%, tumit 14%, telapak kaki 1,5%. Lutut paling besar persentase cedera karena berfungsi ganda, yaitu sebagai penggerak dan penahan berat badan, sehingga kemungkinan cederanya semakin lebih besar (Wibowo 1995: 12).

Setelah melakukan observasi/wawancara di PPLP Sumut diketahui atlet disetiap cabang olahraga yang mengalami cedera olahraga antara lain, cabang olahraga karate 2 orang, cabang olahraga atletik 2 orang, cabang olahraga pencak silat 2 orang, cabang olahraga gulat 2 orang, cabang olahraga bola volly 3 orang, cabang olahraga sepakbola 3 orang.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti salah satu cabang olahraga di PPLP Sumut yaitu cabang olahraga sepak bola dan meneliti apa saja cedera olahraga yang sering dialami oleh atlet sepak bola PPLP Sumut. Dari hal tersebut, peneliti mengajukan judul penelitian mengenai “**Survey Cedera Olahraga Pada Atlet Sepak Bola PPLP Sumut Tahun 2018**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, sebagai berikut: Apa saja cedera olahraga yang sering terjadi pada setiap atlet sepak bola PPLP Sumut? Apakah sarana dan prasarana dapat menyebabkan

cedera olahraga pada atlet sepak bola PPLP Sumut? Apakah pemberian program latihan yang berlebih dapat menyebabkan cedera olahraga pada atlet PPLP Sumut? Apakah posisi tubuh seseorang yang salah saat latihan dapat menyebabkan cedera olahraga pada atlet sepak bola PPLP Sumut? Apakah konsentrasi saat latihan dapat mempengaruhi terjadinya cedera pada atlet sepak bola PPLP Sumut?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari adanya salah penafsiran dan sekaligus membuat sasaran bahasan menjadi lebih terfokus, maka perlu dibuat pembatasan masalah. Adapun batasan masalah yang akan diteliti adalah cedera olahraga yang terjadi pada atlet sepak bola PPLP Sumut tahun 2018.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apa saja cedera yang terjadi pada atlet sepak bola PPLP Sumut tahun 2018?”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi tentang cedera olahraga yang terjadi pada atlet sepak bola PPLP Sumut.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini, yaitu:

1. Sebagai bahan masukan dan informasi bagi atlet-atlet di PPLP Sumut terutama cabang olahraga sepak bola, tentang cedera olahraga yang sering terjadi pada Atlet Sepak Bola.
2. Sebagai bahan masukan dan informasi bagi pelatih di setiap cabang olahraga di PPLP Sumut terutama cabang olahraga sepak bola tentang pentingnya pengetahuan bahaya cedera olahraga sehingga dapat melakukan penanganan dan pencegahan cedera olahraga
3. Sebagai bahan masukan atau referensi bagi penelitian selanjutnya.

