

**STUDI TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA
CEDERA OLAHRAGA PADA GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA
DAN KESEHATAN (PJOK) DI SEKOLAH MENENGAH ATAS
DAN SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN
KOTA SUNGAI PENUH**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sains*



OLEH

RAMON PARSIKA

NIM. 98430

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2017

**PERSETUJUAN PEMBIMBING
SKRIPSI**

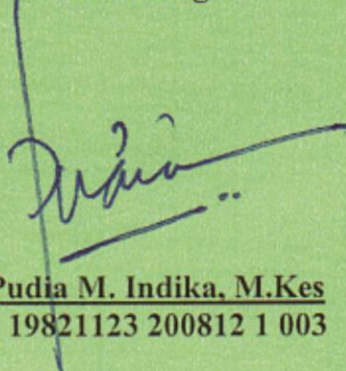
Judul : Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh

Nama : Ramon Parasika
NIM : 98430
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 8 Agustus 2017

Disetujui oleh:

Pembimbing I



dr. Pudia M. Indika, M.Kes
NIP. 19821123 200812 1 003

Pembimbing II



Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

Ketua Jurusan



Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ramon Parasika
NIM : 98430

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

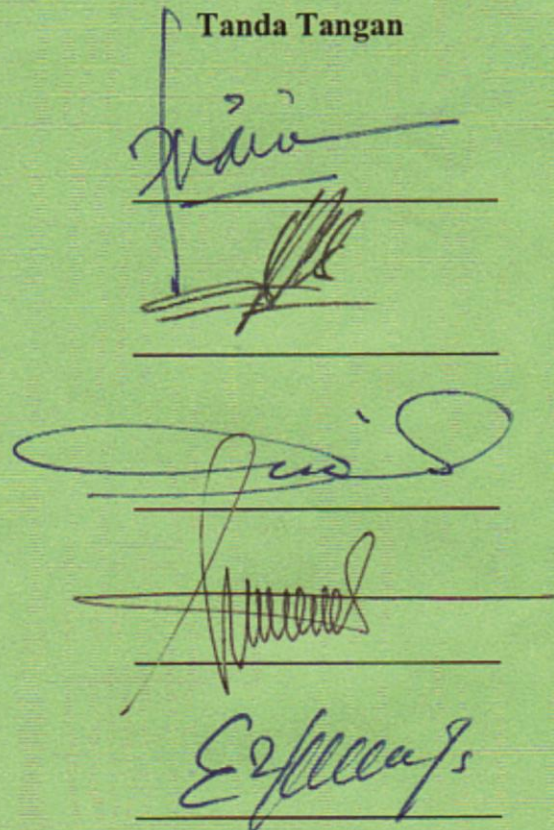
Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga
pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di
Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan
Kota Sungai Penuh

Padang, 8 Agustus 2017

Tim Penguji

1. dr. Pudia M. Indika, M.Kes
(Ketua)
2. Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes
(Sekretaris)
3. Drs. Hanif Badri, M.Pd
(Anggota)
4. Dr. Anton Komaini, S.Si., M.Pd.
(Anggota)
5. Endang Sepdanius, S.Si., M.Or
(Anggota)

Tanda Tangan



The image shows five handwritten signatures in blue ink, each placed on a horizontal line. The signatures are: 1. A signature that appears to be 'Pudia M. Indika'. 2. A signature that appears to be 'Wilda Welis'. 3. A signature that appears to be 'Hanif Badri'. 4. A signature that appears to be 'Anton Komaini'. 5. A signature that appears to be 'Endang Sepdanius'.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul: **“Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis saya ini tidak terdapat hasil karya yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 8 Agustus 2017

Saya Yang Menyatakan



RAMON PARSIKA

NIM. 98430

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap

(QS. Al-Insyirah Ayat 6 -8)

-every day is race, the last but not the list-

“Setiap hari langkah kehidupan begitu cepat bagaikan pembalap berebut dan melaju menjadi no. 1, tetapi yang terakhir bukanlah yang terburuk.”

-semangat, sabar dan berdoa-

“Adalah kunci menuju kesuksesan dan menjadi yang terbaik, dengan selanat penuh ridho kehadiran Allah SWT.”

“Wisuda tepat waktu atau wisuda pada waktu yang tepat adalah pilihan yang harus dipilih dan dijalani. Biarkan proses dan usaha yang menentukan”.

(Penulis)

Karya kecil ini kupersembahkan untuk:

1. Allah SWT tuhan semesta alam
2. Muhammad SAW utusan Allah
3. Zainesmaneli (Mama) cinta, kasih sayang, darah, air susu dan keringatnya yang mengalir di dalam tubuhku
4. Zulkifli, S.Pd (Papa) sabar dan teguhmu menjadi kekuatan untukku
5. Untuk adik-adikku tercinta (Nofrialdi Oscar dan Noveri Zamroni) terimakasih atas dukungan dan semangat kalian agar aku bisa menyelesaikan studiku selama ini

6. Pembimbing pribadi (Lucy Pratama Putri, M.Pd) kerja keras, dukungan serta bimbingan dan arahan yang diberikan menjadi penyemangat agar aku bisa menyelesaikan studi selama 8 tahun ini (Ndak ado malang nan sabaruntuang iko)
7. Sahabat terbaik (Rafio Zarlianda, S.Pd) dari aku mulai mengenal dunia (masa kecil) yang telah memberikan dukungan baik moral maupun materi
8. Semua anggota "DA'UN LOVER'S" petarung kertas koa (Aqhil Buncit, Wanda Kudo, Junaidi, Ndoik, Aldo Incek) yang setia dan sabar menghadapi uwa, dan kalian selalu tertawa
9. Jeff Ahmed Mirza, jangan pernah takut, semangat, kamu pasti bisa walaupun telat dan memperpanjang masa studi
10. Untuk almamterku tercinta tempat aku menimba Ilmu Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

ABSTRAK

Ramon Parasika (98430) : Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di lapangan, penulis menemukan bahwa masih banyak guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan di Kota Sungai Penuh yang masih sering tidak mengetahui bagaimana cara menangani cedera olahraga yang diderita oleh muridnya. Hal ini diduga karena guru yang bersangkutan memiliki tingkat pengetahuan yang masih relatif rendah terhadap pertolongan pertama cedera olahraga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang cedera olahraga pada guru pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Se-Kota Sungai Penuh yang berjumlah sebanyak 32 orang guru. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan semua populasi menjadi sampel dalam penelitian, yaitu 32 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan menyebarkan lembar tes objektif kepada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) menjadi sampel. Data pengetahuan guru dianalisis dengan tingkat capaian responden dengan menggunakan analisis skor ideal.

Hasil penelitian menyatakan bahwa; (1) Sebanyak 7 orang (21,87%) Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berada pada interpretasi yaitu “Baik Sekali”, (2) Sebanyak 15 orang (46,87%) Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berada pada interpretasi yaitu “Baik”, (3) Sebanyak 7 orang (21,87%) Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berada pada interpretasi yaitu “Sedang”, (4) Sebanyak 3 orang (9,37%) Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berada pada interpretasi yaitu “Kurang” dan (5) Tidak ada satu orang pun (0%) Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) berada pada interpretasi yaitu “Kurang Sekali”. Secara keseluruhan didapatkan tingkat pengetahuan tentang cedera olahraga pada guru pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh berada pada interpretasi “Baik”.

Kata kunci; pengetahuan guru, pertolongan pertama cedera olahraga

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah Penulis ucapkan atas Kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian dengan judul **”Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh”**. Tujuan penulisan dan penelitian ini adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (S.Si) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan Penelitian ini Penulis banyak menerima bantuan, bimbingan, arahan, dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. dr. Pudia M. Indika, M.Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Skripsi ini siap dilaksanakan.
2. Dr. Wilda Wellis, SP., M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Skripsi selesai dilaksanakan.
3. Dr. Anton Komaini, S.Si., M.Pd., Drs. Hanif Badri, M.Pd, Endang Sepdanius, S.Si., M.Or selaku kontributor dan penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan Skripsi ini selesai dilaksanakan.
4. Dosen staf pengajar pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang

telah memberikan masukan dan motivasi dalam penulisan Proposal sampai Penelitian ini siap dilaksanakan.

5. Karyawan tata usaha yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi peneliti sehingga Penelitian ini selesai dilaksanakan.
6. Kedua orang tua serta saudara tercinta atas segala kasih sayang dan do'a yang selalu tercurah kepada peneliti dan memberikan dorongan moril maupun materil sepanjang waktu.
7. Rekan- rekan mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dalam menyelesaikan penulisan Proposal hingga selesai melaksanakan Penelitian ini.

Terima kasih yang begitu khusus pada keluarga dan para sahabat yang selalu mendo'akan dan memberikan bantuan moral, moril dan materi sehingga Penelitian ini dapat diselesaikan. Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut di atas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Amin-amin ya Rabbal'alamin.

Padang, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	
SURAT PERNYATAAN	i
MOTO DAN PERSEMBAHAN	ii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Hasil Penelitian	7

BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Hakikat Teoretik.....	8
1. Pengetahuan	8
2. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	13
3. Cedera Olahraga	22
B. Kerangka Konseptual	58
C. Hipotesis Penelitian	59

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	60
B. Tempat dan waktu Penelitian.....	60
C. Populasi dan Sampel	60
D. Defenisi Operasional.....	61

E. Instumen Penelitian.....	62
F. Teknik Analisis Data	64
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	65
B. Pembahasan	76
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	80
B. Saran	81
DAFTAR RUJUKAN.....	82
LAMPIRAN	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Cedera Memar.....	25
2. Mekanisme Kontaksi Otot.....	26
3. Lepuh (<i>blister</i>).....	27
4. Jenis Faktur/Patah Tulang.....	28
5. Pemberian Es.....	44
6. Cara Membalut Cedera	44
7. Daerah cedera dalam posisi yang ditinggikan.....	45
8. Bantalan Berbentuk Donat	46
9. Pertolongan Pertama Pada <i>Heart Stroke</i> dan <i>Heart Exhaustion</i>	48
10. Memberikan Penafasan Buatan (<i>mouth to mouth</i>).....	49
11. Penekanan Langsung Pada Luka.....	53
12. Cara Membalut Dislokasi Bahu	56
13. Pembidaian Patah Humerus	58
14. Histogram 1	66
15. Histogram 2.....	68
16. Histogram 3.....	70
17. Histogram 4.....	72
18. Histogram 5.....	74
19. Histogram 6.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Klasifikasi Cedera Luka dan Penanganannya.....	54
2. Populasi Penelitian.....	61
3. Kisi-kisi Variabel Penelitian.....	62
4. Intepretasi Skor Untuk Menyimpulkan Hasil Penelitian	64
5. Tabel Distribusi Frekuensi	65
6. Tabel Distribusi Frekuensi	66
7. Tabel Distribusi Frekuensi	69
8. Tabel Distribusi Frekuensi	71
9. Tabel Distribusi Frekuensi	73
10. Tabel Distribusi Frekuensi	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Angket Pengetahuna Guru tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga.....	85
2. Tabulasi Data Penelitian	93
3. Dokumentasi Penelitian	103
4. Surat Ijin Penelitian.....	106

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pemerintah melalui Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003 menetapkan pendidikan dalam beberapa jalur yaitu jalur yaitu formal, non-formal dan informal, serta membagi kedalam beberapa jenjang pendidikan yaitu pendidikan dasar, pendidikan menengah, pendidikan atas dan pendidikan tinggi. Melalui pendidikan formal ini terdapat beberapa satuan mata pelajaran yang harus ditempuh guna mencapai tujuan pembelajaran. Salah satunya adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) khususnya di Sekolah Menengah Atas.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan pendidikan melalui aktivitas yang bertujuan untuk membantu pertumbuhan fisik dan perkembangan pada peserta didik. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) mempunyai karakteristik yang berbeda dari mata pelajaran yang lainnya karena membutuhkan ruang yang lebih luas dan menuntut aktivitas fisik yang lebih dari mata pelajaran yang lain. Pembelajaran ini seringkali berada di luar kelas yang membutuhkan alat dan fasilitas yang banyak juga. Namun sering terjadi juga justru dari alat dan fasilitas itulah potensi cedera terjadi. Proses pembelajaran Penjasorkes sangat potensial sekali mendatangkan cedera karena pembelajaran Penjasorkes yang menuntut aktivitas fisik dari para siswanya.

Potensi terjadinya cedera saat proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dapat berasal dari lingkungan dan

alat yang digunakan. Menurut Bompas (2000:100) kurangnya pengetahuan tentang latihan dan penambahan beban secara tepat, sikap tubuh yang salah pada waktu mengangkat dan lemahnya otot perut merupakan penyebab terjadinya cedera pada anak-anak pada saat berolahraga. Menurut Suharto (2001:127) cedera yang sering dialami oleh anak disebabkan antara lain (1) Kurangnya kepekaan/mawas diri untuk menjaga keselamatan, sehingga siswa kurang bersikap hati-hati, (2) Kurangnya tanggung jawab dan antisipasi terhadap keselamatan diri sehingga siswa bersikap masa bodoh dan tidak peduli, dan (3) kurangnya sikap disiplin diri. Lutan (2001:43) menambahkan bahwa semua atlet baik pemula maupun profesional terutama remaja dan anak-anak yang belum berkembang ketrampilannya mempunyai potensi mengalami cedera.

Cedera merupakan suatu kejadian yang datang secara tiba-tiba baik saat melakukan aktivitas sehari-hari maupun saat berolahraga. Semua aktivitas fisik berpotensi menimbulkan cedera, semakin tinggi aktivitas fisik yang dilakukan maka potensi terjadinya cedera juga semakin tinggi. Menurut Dunkin (2004:2) cedera pada saat melakukan kegiatan olahraga disebabkan oleh (1) kecelakaan, (2) pelaksanaan latihan yang jelek, (3) peralatan yang tidak baik, (4) kurang persiapan kondisi fisik, dan (5) pemanasan dan peregangan yang tidak memadai. Cedera umumnya terjadi saat berolahraga dikarenakan dalam berolahraga para pelaku dituntut aktivitas fisik yang tinggi. Cedera pada olahraga sering terjadi pada olahraga yang bersifat kontak fisik

(*body contact*) seperti beladiri, sepak bola, bola basket, hoki, dan sebagainya. Namun cedera dapat juga terjadi saat proses pembelajaran Penjasorkes.

Cedera olahraga dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) juga dapat disebabkan dari materi pembelajaran yang diajarkan di Sekolah. Materi pembelajaran yang bersifat kontak fisik akan lebih berpotensi untuk terjadi cedera daripada materi yang tidak memerlukan kontak fisik. Sebagai contoh adalah materi pembelajaran sepak bola, pada materi ini siswa dituntut untuk melakukan aktivitas fisik yang lebih berat daripada olahraga bulu tangkis atau bola voli. Pada olahraga sepak bola cedera yang dapat ditimbulkan bisa bervariasi seperti keseleo, kram, lecet, memar, perdarahan, patah tulang, dan dislokasi. Cedera ini bisa diderita hampir seluruh tubuh karena efek benturan. Jika dibandingkan dengan materi bulutangkis, cedera yang sering timbul hanya sebatas cedera lutut, bahu, dan paha.

Selain itu, cedera dalam olahraga juga dapat disebabkan oleh kurangnya pemanasan sebelum melakukan aktivitas pembelajaran. Sehingga dapat menimbulkan strain atau gangguan lainya pada otot. Tentu saja hal ini dapat mengganggu berjalanya aktivitas pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan pencegahan serta penanganan yang tepat dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) disekolah tersebut. Pencegahan cedera dapat dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) baik sebelum melakukan pembelajaran, saat pembelajaran maupun setelah pembelajaran. Namun seringkali seorang guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) melalaikan hal itu karena dirasa memakan

waktu maupun karena kurangnya pengetahuan dari guru tersebut. Jika cedera sudah terjadi pada anak maka guru harus segera melakukan tindakan pertolongan pertama pada siswa yang mengalami cedera tersebut sesuai dengan aturan penanganan yang sudah ada. Namun di beberapa sekolah terdapat kasus dimana sekolah tersebut sangat minim obat-obatan sebagai alat untuk pertolongan pertama ketika terjadi cedera.

Peneliti telah melakukan survei dan juga wawancara di sebuah Sekolah Menengah Atas di Kota Sungai Penuh dengan guru mata pelajaran PJOK yang bersangkutan dan menemukan bahwa di sekolah tersebut hanya memiliki obat merah, perban dan balsem di dalam kotak Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (PPPK). Selain itu, penanganan yang dilakukan oleh guru terkadang juga menyalahi prosedur penanganan cedera. Sebagai Contoh saat seorang siswa mengalami *strain* yang harusnya ditangani menggunakan es tetapi justru diberikan balsem dengan cara diurut/dipijat yang justru akan membuat perdarahan di dalam jaringan semakin membesar. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan dari seorang guru tentang tata laksana pencegahan dan penanganan cedera. Seorang guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) harus mempunyai pengetahuan tentang prosedur tata laksana penanganan cedera agar jika terjadi cedera pada peserta didiknya seorang guru bisa memberikan pertolongan yang cepat dan tepat agar terhindar dari resiko yang lebih parah lagi.

Selain itu, seorang guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) harus memahami cedera apa saja yang sering terjadi saat pembelajaran

dan faktor yang mempengaruhi terjadinya cedera agar bisa melakukan tindakan antisipasi dan mengurangi kasus cedera pada saat jam pelajaran PJOK. Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan tersebut peneliti memiliki pemikiran untuk melakukan penelitian yang berjudul “Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, maka masalah yang teridentifikasi dalam penelitian kali ini adalah:

1. Terdapat cedera Olahraga saat melakukan pembelajaran PJOK
2. Penanganan cedera olahraga belum memenuhi standar
3. Tidak tersedianya obat-obatan diruang kesehatan
4. Belum adanya sosialisasi pertolongan pertama pada olahraga kepada guru PJOK
5. Lapangan yang tidak layak digunakan untuk proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
6. Peralatan P3K yang tidak lengkap
7. Penanganan cedera yang terjadi di sekolah sering kali tidak dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang ada
8. Seringkali guru tidak memahami cedera yang terjadi pada muridnya
9. Belum diketahui jenis cedera yang sering terjadi di SMA dan SMK Se-Kota Sungai Penuh

10. Cedera yang terjadi di SMA dan SMK Se-Kota Sungai Penuh sering diakibatkan oleh faktor internal dan faktor eksternal.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijabarkan di atas, maka masalah ini dibatasi pada: “Studi Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh”.

D. Perumusan Masalah

Rumusan masalah untuk penelitian ini adalah :”Bagaimanakah Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, identifikasi serta pembatasan masalah yang telah penulis jabarkan sebelumnya, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui: “Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh?”.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Sebagai sumbangan pikiran dalam khasanah intelektual bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- b. Hasil temuan ini selanjutnya dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan.
- c. Untuk memperkaya pengetahuan dan pemahaman konsep serta teori tentang Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA dan SMK Se-Kota Sungai Penuh Terhadap Pertolongan Pertama Cidera Olahraga.

2. Manfaat Praktis

- a. Guru, sebagai bahan masukan untuk melaksanakan tugas secara efektif dan efisien dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik yang setinggi-tingginya.
- b. Penulis, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains pada Jurusan Kesehatan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada BAB IV sebelumnya, maka adapun kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan secara garis besar, Tingkat Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Pada Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Kota Sungai Penuh sebesar 65,63% pada interpretasi “Baik” (Ridwan, 2003: 15) atau dengan total jawaban yang benar sebanyak 966 dari 46 butir item pertanyaan yang diberikan pada sampel yang berjumlah 32 orang.

Untuk lebih jelasnya hasil yang didapatkan pada masing-masing indikator yang diteliti adalah sebagai berikut:

1. Pada indikator penyebab cedera olahraga, tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada interpretasi “Baik”.
2. Pada indikator jenis-jenis cedera olahraga, tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada interpretasi “Baik”.
3. Pada indikator tindakan pencegahan cedera olahraga, tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada interpretasi “Baik”.

4. Pada indikator pertolongan pertama cedera olahraga, tingkat pengetahuan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada interpretasi “Cukup”.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dijabarkan pada point sebelumnya, maka adapun saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Guru selaku tenaga kependidikan seharusnya lebih peka terhadap faktor-faktor yang dapat menyebabkan cedera olahraga pada siswanya, sehingga cedera olahraga dapat dikurangi.
2. Guru selaku tenaga kependidikan juga harus mengetahui jenis-jenis cedera olahraga yang dialami oleh siswanya ketika mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sehingga dapat menindak lanjuti atau menangani cedera sesuai dengan prosedur yang abik dan benar agar cedera yang diderita tidak semakin parah.
3. Kepala Sekolah, sebaiknya lebih giat lagi dalam hal menyokong serta memfasilitasi guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) agar semakin luas lagi pengetahuanya mengenai cedera olahraga.
4. Dinas Pendidikan, sebaiknya menyelenggarakan seminar-seminar mengenai cedera olahraga dengan mendatangkan pembicara yang handal.

Daftar Rujukan

- Agus S. Suryobroto. (2004). *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Universitas Negeri Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan
- Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi. (2009). *Terapi Masase Frirage Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh Bagian Atas*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Barizi Ahmad & Idris Muhammad. (2010). *Menjadi Guru Unggul*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Bompa, Tudor O. (2000). *Total Training for Young Champions (dalam Yustinus Sukarmin. Jurnal)*. USA: Human Kinetics
- Cava, Cs. (1995). *Pengobatan dan Olahraga* . Semarang: Dahara Prize.
- Congeni, J.A. (2004). Dealing With Sports Injuries. http://kidshealth.org/teen/food_fitness/sports/sport_injuries.html.
- Darmadi, Hamid. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. rev.ed. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Dunkin, M.A. (2004). *Sports Injuries*. http://www.niams.nih.gov/hi/topics/sport_injuries/SportsInjuries.
- Giam, C.K dan The, K.C. (1993). *Ilmu Kedokteran Olahraga*. (Hartono Satmoko. Terjemahan). Jakarta: Binarupa Aksara. Buku Asli diterbitkan tahun 1992.
- Hamalik, Oemar. (2001). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Kartono, Mohammad. (2001). *Pertolongan Pertama*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Muhajir, Noeng. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jogja: Rake Sarasin
- Michael. J. Alter (1988). *300 Teknik Peregangan Olahraga*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Mirkin, Gabe Dan Hoffman, Marshan. (1984). *Kesehatan Olahraga (Petrus Lukmanto dan Henny Lukmanto, Terjemahan)* Jakarta: PT Grafidian Jaya
- Morgan, Lyle W. (1993). *Mengobati Cedera Secara Alami*. (Wendra Ali, Terjemahan). Jakarta: Bumi Aksara.