

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Temuan

Penelitian deskriptif kualitatif pendekatan fenomenologi ini yang berjudul Pengalaman Tim Kesehatan dalam Penanganan Cedera Olahraga Futsal Putri di Universitas Pendidikan Indonesia dengan jumlah tiga (3) orang partisipan.

4.1.1 Karakteristik partisipan

Pada penelitian ini terdapat karakteristik partisipan berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan mengikuti pelatihan penanganan cedera. Karakteristik tersebut disajikan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pelatihan Tim Kesehatan Futsal Putri UPI (n=3)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
17-25 tahun	0	0
26-35 tahun	2	66,7
36-45 tahun	0	0
46-55 tahun	1	33,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	100
Perempuan	0	0
Pendidikan		
D3	0	0
S1	2	66,7
S2	0	0
S3	1	33,3
Pelatihan		
BTCLS	0	0
ATCLS	0	0
Penanganan cedera olahraga	0	0
Lainnya	3	100

Sumber: Data primer, 2018.

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa distribusi usia partisipan sebagian besar ada pada rentang usia 26-35 tahun berjumlah dua orang (66,7%) dan rentang usia 46-55 tahun berjumlah satu orang (33,3%). Dalam hal ini usia partisipan berada pada kategori 26-35 tahun. Jenis kelamin partisipan adalah laki-laki dengan jumlah tiga orang (100%). Distribusi pendidikan partisipan sebagian besar sarjana dengan jumlah partisipan dua orang (66,7%) dan doktor berjumlah satu orang (33,3%). Distribusi pelatihan yang diperoleh partisipan adalah melalui kategori lainnya dengan jumlah partisipan tiga orang (100%) dalam hal ini partisipan memperoleh pengetahuan dan keterampilan mengenai penanganan cedera olahraga melalui pendidikan formal (mata kuliah penanganan cedera olahraga).

4.1.2 Pengaruh Kontekstual yang Berkaitan dengan Pengalaman Tim Kesehatan dalam Penanganan Cedera Olahraga Futsal UPI.

Berdasarkan teknik analisa data yang digunakan yaitu teknik analisis tematik, maka hasil penelitian ini disajikan sesuai dengan tema. Pengelompokan kategori, sub tema, dan tema yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 4.2 Pengaruh Kontekstual yang Berkaitan dengan Pengalaman Tim Kesehatan dalam Penanganan Cedera Olahraga Futsal Putri UPI

Kategori	Sub tema	Tema
Peran tim kesehatan dalam fase pra kompetisi	Memeriksa kondisi fisik atlet	Pemeriksaan kesehatan pra kompetisi
Penilaian awal cedera olahraga	Menilai pergerakan Mekanisme cedera Lokasi cedera Riwayat cedera Mengetahui <i>tenderness</i>	Penilaian awal cedera olahraga pada <i>active</i> dan <i>passive movement</i>
Pencegahan cedera olahraga	Melatih keterampilan Latihan fisik Pengaturan pola makan Penanganan cedera yang tepat	Pencegahan cedera olahraga melalui lingkungan

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Penanganan cedera olahraga	Pengaturan lingkungan	
	Metode <i>Rest, Ice, Compress, Elevation</i>	Penanganan luka tertutup cedera olahraga
	Mengontrol perdarahan	Penanganan luka terbuka cedera olahraga
	Membersihkan luka	
	Memberikan obat luka	
	Menutup luka	

Pengalaman tim kesehatan yang saling berhubungan terkait dengan peran tim kesehatan fase pra kompetisi, penilaian awal cedera olahraga, pencegahan cedera olahraga, dan penanganan cedera olahraga pada pengalaman tim kesehatan futsal UPI. Berikut ini adalah uraian dari kategori, sub tema dan tema yang telah ditentukan:

1) Peran tim kesehatan dalam fase pra kompetisi

Pengalaman tim kesehatan dalam penanganan cedera olahraga pada fase pra kompetisi yaitu melakukan pemeriksaan kesehatan atlet.

a) Pemeriksaan kesehatan pra kompetisi

Tim futsal yang akan melaksanakan pertandingan perlu dilakukannya pemeriksaan kesehatan. Mayoritas partisipan mengatakan bahwa tim kesehatan futsal UPI belum melakukan pemeriksaan kesehatan khusus secara komprehensif untuk mengetahui kondisi fisik atletnya. Dalam hal ini tim kesehatan hanya melakukan anamnesa jika ada atlet yang mengalami sakit. Selain itu, ada beberapa tindakan yang dilakukan sebelum pertandingan untuk mencegah terjadinya cedera seperti latihan dan pengaturan pola makan. Ketiga partisipan mengatakan bahwa memang belum ada pemeriksaan kesehatan khusus bagi atlet sebelum melaksanakan pertandingan. Seperti pada pernyataan partisipan berikut ini:

“sebenarnya ya kita belum ada untuk pemeriksaan kesehatan khusus”(P1)

“tapi untuk pemeriksaan kesehatannya terus terang belum ada sebelum kompetisi disini. Belum ada seperti tes lengkap seperti kondisi kardiovaskulernya bagaimana, seperti fungsi ibunya sih kita belum”(P2)

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

“ya itu dia, memang kalau sebelum pertandingan itu seharusnya ada pemeriksaan kesehatan. Namun sampai saat ini tim futsal UPI tidak memfasilitasi atlet untuk dilakukannya pemeriksaan kesehatan khusus.”(P3)

Partisipan mengatakan bahwa sebelum dilaksanakannya pertandingan diperlukan beberapa tindakan yang ditujukan untuk menghindari terjadinya cedera. Seperti menanyakan kondisi atlet jika ada yang sakit, adanya latihan fisik dan pengaturan pola makan seperti pernyataan partisipan berikut ini:

“jadi ya kita hanya menanyakan kepada atlet jika ada yang sakit.”(P1)

“karena kita disini tim kesehatan nya itu pelatih, sebagai pelatih kita hanya bisa melakukan pencegahan cedera dengan latihan fisik, jaga pola makan”(P2)

“jadi hanya melakukan tes fisik, dari situ dilihat bahwa si atlet itu sudah sehat dan siap walaupun seharusnya tim itu punya sebuah laboratorium kesehatan.”(P2)

“sifatnya didalam pelatih itu latihan dalam mempersiapkan menghadapi kompetisi. Pelatih disini berperan sebagai tim kesehatan yang berusaha bagaimana caranya supaya atlet tidak terjadi cedera.”(P3)

Partisipan menyatakan tidak melakukan pemeriksaan kesehatan karena tidak adanya tim kesehatan khusus yang bisa melakukan pemeriksaan kesehatan. Partisipan disini merupakan seorang pelatih yang berperan sekaligus sebagai tim kesehatan.

“ya itu karena di tim futsal UPI ini tidak ada tim kesehatan khusus untuk lebih memperhatikan kesehatan para atlet.”(P1)

“karena kita hanya seorang pelatih yang berperan sekaligus sebagai tim kesehatan”(P1)

“sehingga pemeriksaan kesehatan untuk atlet tidak bisa dilakukan karena kami bukan tim kesehatan khusus.”(P2)

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

“sebetulnya karena disini tidak ada tim kesehatan khusus, jadi pelatih berperan sebagai tim kesehatan. Saya rasa ini memang tidak memungkinkan dilakukan karena mengingat sumber daya manusia yang tidak memadai itu tidak ada tim kesehatan khusus. Sebenarnya ada satu dokter yang seharusnya menjadi tim kesehatan futsal UPI ini, namun dari awal pertandingan sampai sekarangpun tidak ada, tidak pernah menghadiri ketika latihan ataupun pertandingan, karena beliau berhalangan hadir dan memiliki kepentingan lainnya.”(P3)

2) Penilaian awal cedera olahraga

Kategori ini menggambarkan penilaian awal cedera olahraga yang dilakukan oleh tim kesehatan futsal UPI. Sebelum melakukan penanganan cedera olahraga terlebih dahulu harus mengetahui cedera olahraga seperti apa yang dialami, lokasi cedera, mengetahui adanya *tenderness*, bagaimana mekanisme cederanya, dan menilai pergerakan. Pengalaman tim kesehatan dalam melakukan penilaian cedera olahraga sudah dilakukan namun belum sesuai dengan prosedur penilaian awal cedera olahraga. Dalam hal ini, tim kesehatan melakukan penilaian awal cedera olahraga dengan menggunakan teknik *Talk*, *Observe*, dan *Touch*. Namun belum melakukan teknik *active* dan *passive movement*.

a) Penilaian awal cedera olahraga pada *active* dan *passive movement*.

Penilaian *active* dan *passive movement* ini dilakukan untuk menilai pergerakan yang mampu dilakukan secara aktif ataupun pasif. Mayoritas partisipan mengatakan belum melakukan penilaian menggunakan teknik *active* dan *passive movement* karena merasa tidak perlu diperiksa pergerakannya. Tetapi, partisipan telah melakukan penilaian awal cedera cukup dengan melihat, berbicara, dan menyentuh. Seperti pada pernyataan partisipan berikut ini:

“kalau itu mah engga usah di cek lagi, kan udah terjadi benturan, atletnya bilang sakit kan, berarti otomatis pasti pergerakannya juga terganggu dan itu udah bisa dibilang terjadi cedera olahraga.”(P1)

“kadang iya kadang juga engga. Jadi kadang tergantung situasi pertandingan. Kalau pas atletnya kena benturan

terus pas di liat cedera nya ngga parah, kita tanyain ke atletnya masih bisa digerakin ga. Kalau bisa di gerakin dan masih bisa main berarti bisa melanjutkan pertandingan.”(P2)

“sebenarnya bisa saja dilakukan. Tapi ya selama ini bisa dibilang jarang dilakukan.”(P2)

“oh iya, untuk menilai pergerakan jarang dilakukan karena dengan melihat bertanya dan meraba juga sudah cukup untuk menilai adanya cedera. Ya, mungkin memang seharusnya pergerakan juga diperiksa.”(P3)

3) Pencegahan cedera olahraga

Kategori ini menggambarkan pengalaman tim kesehatan dalam pencegahan cedera olahraga. Mayoritas partisipan telah melakukan pencegahan melalui keterampilan, latihan, makanan, dan pertolongan namun pencegahan cedera melalui lingkungan belum dilakukan.

a) Pencegahan cedera olahraga melalui lingkungan

Pengaturan lingkungan diperlukan untuk menghindari terjadinya cedera akibat lingkungan yang tidak aman. Misalnya penyimpanan peralatan dan barang tidak disimpan secara baik sehingga kemungkinan bisa mengakibatkan seorang atlet jatuh akibat tersandung sesuatu. Ketiga partisipan mengatakan lebih berfokus pada kondisi atlet sehingga kurang memperhatikan kondisi lingkungan sebagai pencegahan cedera olahraga. Dalam hal pencegahan cedera olahraga melalui lingkungan ini tidak hanya dilakukan oleh tim kesehatan. Namun, dapat dilakukan dengan berkolaborasi dengan panitia pertandingan mengenai pengaturan tempat dan peralatan sehingga dapat terciptanya lingkungan yang aman. Berikut ini adalah pernyataan partisipan mengenai pencegahan cedera melalui lingkungan:

“kalau pengaturan lingkungan kita ngga begitu memperhatikan.”(P1)

“pengaturan lingkungan tidak khusus diperhatikan.”(P2)

“ya pengaturan lingkungan saya rasa tidak perlu dilakukan secara khusus.”(P3)

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Partisipan mengatakan bahwa pencegahan melalui lingkungan tidak dapat dilakukan karena lebih memperhatikan kondisi atletnya. Seperti pada pernyataan partisipan berikut ini:

“karena kita fokus terhadap atletnya. Ya sebenarnya lingkungan juga harus diperhatikan sih ya, cuman itu lebih ke masing-masing aja jangan sampai nyimpen peralatan dimana saja, terus seperti kondisi lapangan juga tergantung disananya..”(P1)

“karena kami lebih memperhatikan kondisi atlet, selain itu juga dirasa lingkungan sudah cukup teratur.”(P2)

“karena hal tersebut menunjuk kerapihan dan kedisiplinan para atlet untuk membantu bekerja sama dalam hal menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman.”(P3)

4) Penanganan cedera olahraga

a) Penanganan luka tertutup cedera olahraga

Kategori ini menggambarkan pengalaman tim kesehatan dalam penanganan luka tertutup. Tim kesehatan melakukan beberapa cara untuk menangani luka tertutup diantaranya dengan menggunakan metode *Rest, Ice, Compress, Elevation (RICE)*. Metode ini dimulai dengan mengistirahatkan bagian cedera, kemudian memberikan es dan di kompres yang selanjutnya di tinggikan lebih dari posisi jantung. Ketiga partisipan melakukan metode tersebut untuk penanganan luka tertutup seperti pada pernyataan berikut:

“kalau untuk awal sih, misalnya ada benturan nih, kita selalu melakukan yang RICE itu.”(P1)

“kalau misalnya si atlet mengalami cedera kemudian dia tidak bisa melakukan pertandingan, maka kita bisa melakukan treatment yang RICE, R I C E. Itu yang paling standar yang seperti itu yah, penanganan RICE, diistirahatin dikompres dengan es sampai dielevation atau di tinggikan.”(P2)

“penanganan awal ketika pemain di indikasikan terkena cedera tertutup, maka penanganan awal tentu berbasis kepada RICE. Rest, ice, compress, elevation. Itu

Siti Zulfa, 2018

**PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA
FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

penanganan awalnya. Kalau rest nya berarti kan dihentikan aktifitas setelah kejadian, kemudian ice nya berarti ada pemberian perlakuan untuk pendinginan menggunakan es, kemudian ada kompres, kompres itu biasanya proses selanjutnya setelah diberikan penanganan es. Bisa dalam bentuk strapping artinya pembalutan. Kemudian elevation nya tentu ini kaitannya dengan cara ketika seorang pemain saat istirahat.”(P3)

b) Penanganan luka terbuka cedera olahraga

Kategori ini menggambarkan pengalaman dalam penanganan luka terbuka yang dilakukan oleh tim kesehatan futsal UPI. Tim kesehatan melakukan beberapa cara untuk menangani luka terbuka diantaranya dengan mengontrol perdarahan, mengobati luka, membersihkan luka, dan menutup luka. Dua partisipan mengatakan untuk mengontrol perdarahan bila adanya perdarahan pada luka terbuka seperti pada pernyataan berikut:

“untuk luka terbuka itu, biasanya dibagian lutut tuh, kalau misalkan darahnya masih terus keluar tuh kita berhentiin dulu perdarahannya.”(P1)

“jika ada luka perdarahan seperti itu kita kontrol dahulu perdarahannya.”(P3)

Ketiga partisipan melakukan pembersihan luka dan diberikan cairan antiseptik seperti pada pernyataan berikut:

“iya kalau ga berdarah banyak nih kaya misalkan cuman luka lecet gitu, kita bersihin dulu pake air baru dikasih obat luka itu ya.”(P1)

“dibersihkan dulu lukanya pake air mengalir.”(P2)

“nah tadi ketika sudah perdarahan di kontrol dilanjutkan dengan sterilkan lukanya menggunakan antiseptik.”(P3)

“setelah itu maka diberi pengobatan yang sederhana dengan obat seperti betadine.”(P3)

Ketiga partisipan menyatakan apabila setelah luka dibersihkan dan diberi antiseptik selanjutnya luka ditutup. Seperti pada pernyataan berikut:

“ya kalau lecet aja mah gausah ditutup juga gapapa, cuman kalau lukanya robek ya perlu di tutup pake kassa.”(P1)

“kemudian tidak ditutup dulu, tapi kalau lukanya ditutup itu ketika si pemain itu mau melanjutkan pertandingan.”(P2)

“tadi kalau sudah dilakukan pengobatan luka kita tutup lukanya. luka ini ditutup agar tetap terjaga kebersihannya sehingga dapat meminimalisir terjadinya infeksi luka.”(P3)

4.2 Pembahasan

Penelitian ini telah memperoleh gambaran pengalaman tim kesehatan dalam penanganan cedera olahraga Futsal UPI. Hasil yang diperoleh terkait kontekstual tema menyeluruh mengenai pemeriksaan kesehatan pra kompetisi, penilaian awal cedera olahraga pada *active* dan *passive movement*, pencegahan cedera olahraga melalui lingkungan dan penanganan cedera olahraga. Tema-tema ini sesuai dengan yang diperoleh dari penelitian yang dapat mendeskripsikan hambatan tim kesehatan dalam penanganan cedera olahraga futsal.

1) Pemeriksaan kesehatan pra kompetisi

Tema ini menggambarkan pengalaman tim kesehatan dalam pemeriksaan kesehatan pra kompetisi. Ketiga anggota tim kesehatan futsal UPI mengatakan selama ini belum melakukan pemeriksaan kesehatan khusus secara komprehensif. Namun, baru sebatas pemeriksaan komponen/latihan fisik. Apabila atlet dapat melaksanakan latihan fisik dengan baik artinya kondisi kesehatan atlet itu dalam keadaan baik. Pemeriksaan kesehatan sebelum pertandingan tidak dapat dilaksanakan karena anggota tim kesehatan futsal UPI bukan dari tim kesehatan khusus melainkan seorang pelatih yang berperan sekaligus sebagai tim kesehatan. Mengenai hal tersebut, tim kesehatan yang ada saat ini mengharapkan kedepan agar adanya tim khusus kesehatan bagi para atlet karena mengingat pentingnya pemeriksaan kesehatan.

Pemeriksaan kesehatan sebelum pertandingan pada atlet penting dilakukan untuk mengetahui kondisi fisik atlet. Sesuai

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dengan pernyataan bahwa pemeriksaan kesehatan sangatlah penting bagi para atlet. Pemeriksaan itu bertujuan memastikan kondisi kesehatan atlet, mengetahui tingkat kebugaran mereka, mendeteksi kekurangan yang perlu dikoreksi, serta mendeteksi cedera (Tilarso, 2018). Temuan ini menjelaskan perlu adanya tim kesehatan khusus yang dapat mengontrol secara konsisten kondisi kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan pada atlet sebelum melaksanakan pertandingan.

2) Penilaian awal cedera olahraga

Tema ini menggambarkan pengalaman tim kesehatan dalam hal penilaian awal cedera. Penilaian awal cedera olahraga merupakan hal penting dilakukan untuk mengidentifikasi cedera sehingga dengan penilaian yang tepat diharapkan penanganan yang diberikan dapat tepat pula. Dalam penilaian cedera olahraga, tim kesehatan futsal UPI dapat menentukan mekanisme cedera, lokasi cedera, riwayat cedera, *tenderness* dan pergerakan. Salah satu cara penilaian cedera olahraga adalah *active* dan *passive movement*. Penilaian ini dilakukan untuk mengetahui area yang mengalami sakit ketika dilakukan pergerakan sebagai indikator adanya cedera olahraga. Ketiga anggota tim kesehatan futsal UPI sudah melakukan penilaian awal cedera namun belum dilakukan secara komprehensif. Tim kesehatan futsal UPI melakukan penilaian awal cedera olahraga dengan teknik *Talk*, *Observe*, dan *Touch*. Namun, belum melakukan teknik *active* dan *passive movement* untuk menentukan kemampuan pergerakan yang dapat dilakukan oleh atlet cedera secara aktif maupun pasif. Hal tersebut terjadi karena dengan cara melihat, bertanya, dan meraba juga sudah cukup untuk menilai adanya cedera. Tetapi tim kesehatan juga menyadari bahwa penilaian pergerakan perlu dilakukan.

Penilaian pergerakan perlu dilakukan dalam penilaian cedera olahraga. Hal ini didukung oleh pernyataan yang menyatakan bahwa penilaian pergerakan perlu dilakukan untuk mengidentifikasi faktor resiko yang potensial dengan melihat resiko cedera muskuloskeletal yang mungkin akan terjadi (Schneiders, et.al,2011). Temuan ini menjelaskan perlu dilakukannya penilaian cedera secara komprehensif termasuk penilaian pada *active* dan *passive movement* oleh tim kesehatan futsal UPI.

Siti Zulfa, 2018

**PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA
FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

3) Pencegahan cedera olahraga melalui lingkungan

Tema ini menggambarkan pengalaman tim kesehatan dalam hal pencegahan cedera olahraga. Sebagai tim kesehatan perlu melakukan pencegahan cedera olahraga. Pencegahan tersebut diantaranya yaitu pencegahan melalui keterampilan, latihan fisik, pengaturan pola makan, penanganan cedera yang tepat dan pengaturan lingkungan. Ketiga anggota tim kesehatan futsal UPI telah melakukan berbagai tindakan pencegahan cedera tersebut, kecuali pencegahan melalui pengaturan lingkungan. Hal ini ketika melakukan pencegahan cedera partisipan lebih berperan sebagai pelatih, sehingga pencegahan lingkungan tidak dilakukan karena lebih fokus memperhatikan kepada kondisi atletnya dan dirasa lingkungan sudah cukup teratur. Dalam hal pengaturan lingkungan tersebut merupakan tanggung jawab bersama agar terciptanya lingkungan aman dan nyaman, tidak semata-mata hanya tugas tim kesehatan saja. Dalam melakukan pencegahan cedera olahraga melalui lingkungan dapat dilakukan dengan berkolaborasi dengan panitia pertandingan mengenai pengaturan tempat dan peralatan sehingga terciptanya lingkungan aman.

Pengaturan lingkungan perlu dilakukan untuk pencegahan cedera karena dalam kondisi lapangan tertentu tidak menutup kemungkinan terjadinya cedera akibat lingkungan yang tidak aman. Sesuai dengan pernyataan Soemardiawan & Bakar (2014) mengenai pencegahan cedera melalui lingkungan perlu dilakukan karena banyak terjadi cedera karena lingkungan, seorang atlet jatuh karena tersandung sesuatu, maka perlu penyimpanan peralatan dan barang secara baik dan benar agar tidak membahayakan. Temuan ini menjelaskan perlu dilakukannya pencegahan cedera secara komprehensif termasuk pengaturan lingkungan.

4) Penanganan cedera olahraga luka tertutup

Tema ini menggambarkan pengalaman tim kesehatan dalam hal penanganan cedera olahraga. Penanganan cedera olahraga dilakukan berdasarkan jenis luka yang ditemukan. Luka tersebut dikategorikan kedalam dua jenis umum, yaitu luka tertutup dan luka terbuka. Sebagai tim kesehatan perlu

Siti Zulfa, 2018

**PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA
FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

mengetahui dan mampu melakukan penanganan cedera yang baik dan benar. Penanganan luka tertutup yang dilakukan oleh tim kesehatan futsal UPI yaitu menggunakan metode *Rest, Ice, Compress, Elevation* (RICE). Penanganan dimulai dengan *rest*, yaitu mengistirahatkan bagian yang mengalami cedera. Kemudian *ice*, yaitu pemberian es pada area cedera. Dilanjutkan dengan *compress*, yaitu dilakukan kompres area cedera yang dapat dilakukan dengan menggunakan perban elastis. Yang terakhir yaitu *elevation*, berarti meninggikan posisi bagian yang cedera di atas letak jantung. Penanganan luka terbuka yang dilakukan oleh tim kesehatan futsal UPI yaitu dimulai dengan mengontrol perdarahan jika terjadi perdarahan, membersihkan luka, memberikan antiseptik, dan yang terakhir menutup luka.

Berdasarkan pernyataan yang diutarakan ketiga anggota tim kesehatan mengenai penanganan cedera yang telah dilakukan, dapat dikatakan bahwa penanganan cedera olahraga pada luka tertutup dan terbuka dilakukan dengan baik dan benar sesuai dengan jenis cedera yang ditemukan. Hal ini dibuktikan dengan literatur pendukung bahwa penanganan cedera olahraga dengan luka tertutup dilakukan metode RICE untuk mengatasi peradangan dan mengurangi waktu yang diperlukan untuk pemulihan cedera lewat berbagai mekanisme fisiologis (Irawan, 2017) dan didukung dengan hasil penelitian Nugraha (2017) bahwa aplikasi es terbukti dapat menurunkan nyeri *ankle sprain* pada pemain futsal dengan signifikan. Selain itu, dalam penanganan luka terbuka pada cedera olahraga dapat dilakukan dengan prinsip kontrol perdarahan, bersihkan luka, dan tutup luka (Mayer, 2011).

4.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian, ada beberapa keterbatasan yang peneliti alami. Keterbatasan tersebut diantaranya:

- 1) Sulit mendapatkan partisipan yang sesuai dengan kriteria sampel.
- 2) Tim kesehatan futsal putri UPI tidak ada anggota khusus tim kesehatan, melainkan seorang pelatih yang sekaligus berperan sebagai tim kesehatan.

Siti Zulfa, 2018

PENGALAMAN TIM KESEHATAN DALAM PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA
FUTSAL PUTRI DI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu