

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap manusia, peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting karena melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan akhirnya terbentuk manusia yang berkualitas baik dalam kesehatan maupun prestasi. Menurut Suharjana (2013: 1) Olahraga atau aktivitas fisik merupakan kegiatan yang harus dilakukan oleh setiap orang untuk mendapatkan kebugaran dan kesehatan. Olahraga di Indonesia semakin banyak peminatnya sehingga pada masa sekarang ini olahraga dijadikan ajang kompetisi seperti dengan diselenggarakannya Pekan Olahraga Nasional (PON), Pekan Olahraga Mahasiswa (POM) untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi olahraga di Indonesia baik secara kelompok maupun individu.

Olahraga panjat tebing adalah kegiatan yang berawal dari eksplorasi para pendaki gunung yang menemui jalan dengan tingkat kesulitan yang tidak bisa lagi di daki secara biasa. Disinilah berawalnya kegiatan pemanjatan dengan medan vertikal yang membutuhkan pengamanan diri (safety procedure) serta peralatan penunjang. Olahraga panjat tebing merupakan aktivitas yang memiliki tingkat bahaya yang tinggi, oleh karena itu dalam memanjat dibutuhkan sekali kemampuan fisik, teknik, mental, serta peralatan yang memadai. Sama halnya seperti olahraga yang lain, panjat tebing juga mempunyai resiko cedera dalam pelaksanaannya baik dari faktor eksternal maupun dari faktor internal. Faktor internal tersebut meliputi daya tahan tubuh yang kurang, kekuatan otot untuk menahan beban tubuh yang kurang, pengalaman yang minim, kurangnya ketenangan, kurangnya pemanasan dan kelalaian. Sedangkan yang termasuk faktor eksternal meliputi peralatan panjat tidak memenuhi standar, medan pemanjatan yang rapuh, cuaca yang buruk, kerjasama tim yang kurang baik (Cahyono, 2014).

Perkembangan olahraga panjat tebing di berbagai negara terlihat dengan kenaikan popularitas atas partisipasi dalam beberapa bentuk panjat tebing setiap tahunnya seperti olahraga panjat dalam ruangan (indoor). Menurut (Schöffl, Hoffmann, & Küpper, 2013):

**Agung Dian Nugraha, 2019**  
**IDENTIFIKASI JENIS CEDERA OLAHRAGA PADA ATLET PANJAT TEBING JAWA BARAT**  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

*The rise in popularity of indoor rock climbing started about 15 years ago and still continues. Nowadays almost every major city in Germany has at least one large indoor climbing gym, the number of competitions held in these gyms is on a constant rise as well. Although some forms of rock climbing, such as solo climbing or alpine traditional climbing, and clean climbing show a larger injury risk, indoor and bolted sport climbing have proved to be relatively safe. The overall number of injuries is small, and the injuries are mostly of minor severity. Nevertheless there is still a risk of a fatal injury. A lower overall injury risk was observed for indoor climbing than for outdoor rock climbing.*

Dengan arti kata bahwa meningkatnya popularitas panjat tebing dalam ruangan berdasarkan pengalaman 15 tahun sebagai olahraga dan pendaki tradisional, angka risiko cedera serius atau kematian dalam olahraga panjat atau bouldering dikatakan relatif kecil. Yang dijelaskan oleh (Folkl, 2013) bahwa hal ini ditunjukkan dalam meta analisis terbaru dari 400 studi cedera olahraga spesifik, yang menemukan korban jiwa dilaporkan dan risiko kurang dari 1% dari cedera serius yang terjadi olahraga pendaki dan boulderers.

Saat ini hampir setiap kota besar di Jerman memiliki setidaknya satu gym panjat indoor yang besar, jumlah kompetisi yang diadakan di pusat kebugaran ini juga terus meningkat. Meskipun beberapa bentuk panjat tebing, seperti panjat solo atau panjat tebing tradisional, dan panjat tebing menunjukkan resiko cedera yang lebih besar, akan tetapi panjat tebing dalam ruangan telah terbukti relatif aman. Jumlah keseluruhan cedera kecil, dan sebagian besar cedera ringan. Meskipun demikian masih ada risiko cedera fatal. Risiko cedera keseluruhan yang lebih rendah diamati untuk panjat dalam ruangan daripada panjat tebing di luar ruangan. (Schöffl et al., 2013).

Menurut (Chang, Torriani, & Huang, 2016a) risiko cedera ringan juga tampak relatif rendah dibandingkan dengan olahraga lebih umum lainnya. Sebagai contoh, risiko cedera 0,27 untuk 0,79 cedera per 1000 jam partisipasi olahraga ditemukan untuk memanjat dalam ruangan, dibanding dengan 15,7 dan 9,8 cedera per 1000 jam sepak bola Amerika dan basket. Beberapa Departemen Darurat yang telah melakukan kunjungan untuk cedera panjat tebing dengan peningkatan 63% pada tahun 1990-2007. Oleh karna itu pemahaman pola cedera semakin umum menjadi penting bagi ahli radiologi. Menurut (Netscher, Pham, & Staines, 2017):

*Knowledge of bony and ligamentous anatomy of the digit is vital in treatment of finger injuries. Treatment of finger injuries in elite athletes remains a challenge for hand surgeons given the inherent demand for an expeditious return to play.*

Bahwa pengetahuan tentang anatomi tulang dan ligamen pada digit sangat penting dalam perawatan cedera jari. Perawatan cedera jari pada atlet elit tetap menjadi tantangan bagi ahli bedah tangan mengingat permintaan yang melekat untuk kembali segera bermain. Cedera pada olahraga panjat tebing diketahui bahwa cedera yang sering terjadi pada elit atlet maupun rekreasi meliputi cedera akut atau kronis, seperti yang dijelaskan oleh (Chang et al., 2016a):

*Approximately 75% of all (elite and recreational) rock climbers have acute or chronic upper extremity injuries, with 60% involving the hand or wrist and 40% involving the shoulder or elbow. In the hand and wrist, finger tendon injuries comprise up to 52% of injuries. Other common injuries include lacerations (15%), fractures (12% involving the wrist and 7% involving the fingers), and dislocations (9%). Fractures are usually the result of falls or rockfall. Rock climbers participating in higher intensity climbs and more forms of climbing with greater technical difficulty are more likely to sustain injuries.*

Dengan artian Sekitar 75% dari semua pemanjat tebing (elit dan rekreasi) mengalami cedera ekstremitas atas meliputi akut atau kronis, dengan melibatkan tangan atau pergelangan tangan dan melibatkan bahu atau siku. Di tangan dan pergelangan tangan, cedera tendon jari. Cedera umum lainnya termasuk laserasi, patah tulang melibatkan pergelangan tangan, jari, dan dislokasi. Patah tulang biasanya merupakan hasil dari jatuh atau jatuh batu. Pemanjat tebing yang berpartisipasi dalam pendakian dengan intensitas yang lebih tinggi dan lebih banyak bentuk pendakian dengan kesulitan teknis yang lebih besar lebih mungkin untuk mempertahankan cedera. Sedangkan untuk di Indonesia menurut (Cahyono, 2014) tentang cedera olahraga pada panjat tebing adalah:

Cedera di olahraga panjat tebing kerap terjadi seperti yang di jelaskan melalui penelitian yang dilakukan terhadap anggota UKM pecinta alam di daerah Istimewa Yogyakarta, yang menemukan cedera pada panjat tebing berdasarkan faktor cedera ringan dengan persentase sebesar 78,77% masuk kategori sering, faktor cedera sedang dengan persentase sebesar 60,18% masuk kategori kadang, dan faktor berat dengan persentase sebesar 48,42% masuk kategori pernah.

Berdasarkan latar belakang di atas, di Indonesia belum ditemukan temuan yang mengkaji mengenai Identifikasi jenis cedera khususnya pada atlet panjat tebing oleh karena itu penulis ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk membuktikan dan mengidentifikasi sebagaimana tingkat terjadinya cedera yang dialami oleh atlet pada olahraga panjat tebing sesuai jenis cedera atau ringan-beratnya cedera yang sering dialami.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1) Panjat tebing merupakan cabang olahraga yang beresiko tinggi hingga terjadi cedera baik saat latihan, simulasi dan kegiatan lapangan.
- 2) Sering terjadi cedera saat kegiatan pemanjatan baik karena faktor internal maupun eksternal.
- 3) Berdasarkan tingkat ringan sampai beratnya cedera, belum diketahui jenis cedera yang sering terjadi yang dialami oleh Atlet Jawa Barat khususnya pada cabang olahraga panjat tebing.

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini, yaitu Identifikasi jenis cedera yang sering terjadi saat kegiatan panjat tebing yang dialami Atlet Panjat Tebing Jawa Barat. Kegiatan panjat tersebut meliputi latihan fisik, simulasi pemanjatan di wall climbing/boulder dan saat kegiatan lapangan.

## **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka dapat dirumuskan “Jenis cedera apa yang dialami oleh atlet pada cabang olahraga panjat tebing Jawa Barat ?”

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka Tujuan dasar dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat terjadinya cedera olahraga yang secara umum dapat terjadi pada atlet cabang olahraga panjat tebing dengan aktivitas fisik yang telah dilakukan selama baik latihan maupun pertandingan.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

### **1.6.1 Manfaat Akademik**

- 1) Sebagai salah satu informasi bagi pembaca untuk kepentingan pengembangan referensi terkait cedera yang terdapat pada olahraga panjat tebing.
- 2) Sebagai bahan acuan atau bahan pembanding bagi peneliti selanjutnya dalam bidang yang sama.

### **1.6.2 Manfaat Aplikatif**

Menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam mengembangkan diri dan mengabdikan diri pada dunia kesehatan khususnya di bidang olahraga prestasi.

## **1.7 Struktur Organisasi Skripsi**

Dalam penelitian skripsi, penulis mengurutkan dan menjelaskan sesuai dengan pedoman penuliskarya ilmiah UPI 2018 dengan penjelasan sebagai berikut:

BAB I merupakan penjelasan mengenai latar belakang penelitian yang dalamnya dijelaskan urgensi bahwa penelitian ini perlu dilakukan. Dari permasalahan tersebut ditentukan beberapa rumusan masalah, dan tujuan penelitian. Latar belakang penelitian yang mendasari pengambilan Judul Identifikasi Jenis Cedera Olahraga Pada Atlet Panjat Tebing Jawa Barat. Rumusan masalah membahas tentang hasil bagaimana analisis mengenai jenis cedera olahraga pada atlet panjat tebing Jawa Barat, apakah tinggi atau rendah tingkat terjadinya cedera pada atlet panjat tebing Jawa Barat sesuai tingkatan jenis cedera yang terjadi selama baik latihan maupun pertandingan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat terjadinya cedera pada atlet panjat tebing Jawa Barat. Dan manfaat penelitian ini terbagi jadi manfaat akademik dan aplikatif.

BAB II menjelaskan mengenai teori-teori yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, terutama untuk variabel penelitian tentang cedera olahraga. Deskripsi teori meliputi tinjauan umum tentang identifikasi cedera pada olahraga panjat tebing, penyebab timbulnya cedera olahraga, jenis cedera olahraga, lokasi cedera olahraga, penanganan dan pengobatan cedera olahraga,

tinjauan olahraga panjat tebing secara umum, penelitian yang relavalan dan hipotesis dalam penelitian.

BAB III menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan penulis. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survey. Populasi penelitian ini adalah atlet panjat tebing Jawa Barat yang berjumlah 18 orang. Instrumen penelitian ini untuk mengidentifikasi Jenis Cedera Olahraga menggunakan kuisisioner yang telah diuji validitas dan reabilitasnya. Analisis data menggunakan cara manual atau penggunaan Excel 2013.

BAB IV cedera olahraga yang dialami oleh atlet panjat tebing Jawa Barat untuk secara keseluruhan dapat dikatakan rendah yang artinya bahwa tingkat terjadinya cedera pada atlet panjat tebing Jawa Barat dalam kategori yang dikatakan masih “pernah” terjadi.

BAB V terdapat cedera pada atlet panjat tebing Jawa Barat yang dapat dikategorikan masih rendah untuk secara keseluruhan. Implikasi penelitian ini yaitu peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat dan bisa berkembang dengan didukung oleh berbagai pihak. Rekomendasi penelitian ini yaitu penulis berharap penelitian ini selanjutnya bisa dikembangkan dengan mengambil sampel lebih banyak dan instrumen tidak hanya menggunakan kuisisioner.