5 (2) (2024) : 666-677 (halaman)

Indonesian Journal for Physical Education and Sport

https://journal.unnes.ac.id/journals/inapes

Tingkat Pemahaman Guru Tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes

Ida Maya Putri[1]✉, Cahyo Yuwono[2], Supriyono[3], Moch Fahmi abdulaziz[4]

[14]Jurusan Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia
[23]Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Article History

Received : 21 Agustus 2024
Accepted : Oktober 2024
Published : Desember 2024

Keywords

Injury, Prevention, Injury Treatment, Learning Physical Education

Abstrak

Aktivitas olahraga mempunyai berbagai macam manfaat, tetapi olahraga yang dilakukan secara berlebihan dan mengabaikan aturan berolahraga yang benar akan mendatangkan cedera. Penting bagi guru olahraga untuk memahami faktor-faktor penyebab cedera selama pembelajaran untuk mencegah terjadinya cedera. Guru juga perlu memperhatikan siswa dengan memeriksakan kondisi kesehatannya agar persentase terjadinya cedera semakin kecil ketika kegiatan pembelajaran penjas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Penelitian ini dilakukan di SD/MI Kecamatan Sirampog, Kabupaten Brebes. Subjek penelitian ini adalah guru PJOK yang berjumlah 10 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode angket soal pilihan ganda yang berjumlah 38 soal. Hasil penelitian menunjukan bahwa pemahaman guru penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Sirampog tentang pencegahan dan perawatan cedera berada pada kategori kurang sekali sebesar 10% (1 guru), kategori kurang sebesar 20% (2 guru), kategori sedang 30% (3 guru), kategori baik sebesar 40% (4 guru) dan selanjutnya yaitu kategori sangat baik sebesar 0%. Berdasarkan dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog secara keseluruhan termasuk dalam kategori baik berdasarkan nilai rata-rata yaitu 31,30.

Abstract

Sports activities have various benefits, but exercise that is done excessively and ignores the correct exercise rules will cause injury. It is important for sports teachers to understand the factors that cause injuries during learning to prevent injuries. Teachers also need to pay attention to students by checking their health conditions so that the percentage of injuries that occur during physical education learning activities becomes smaller. This research uses a quantitative approach with a survey method. This research was conducted at SD/MI Sirampog District, Brebes Regency. The subjects of this research were 10 PJOK teachers. Data collection was carried out using a multiple choice questionnaire method consisting of 38 questions. The results of the research show that the understanding of elementary school physical education teachers in Sirampog District regarding injury prevention and treatment is in the very poor category of 10% (1 teacher), the poor category of 20% (2 teachers), the moderate category of 30% (3 teachers), the good at 40% (4 teachers) and then the very good category at 0%. Based on this research, it can be concluded that the level of teacher understanding regarding injury prevention and treatment in SD/MI in Sirampog District as a whole is in the good category based on an average score of 31.30.

How To Cite:
Putri, I, M., Yuwono, C., Supriyono., & Abdulaziz, M, F., (2024). Tingkat Pemahaman Guru Tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5 (2), 666-677

✉ Corresponding author :
E-mail: idamaya@students.unnes.ac.id

© 2024 Universitas Negeri Semarang
p-ISSN - 2723-6803
e-ISSN - 2774-4434

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu kegiatan pembelajaran yang dilakukan dengan gerak yang bertujuan supaya meningkatkan kesehatan, mengembangkan keterampilan gerak, dan perilaku untuk mencapai pola hidup olahraga yang bugar, aktif, dan kecerdasan emosional. Cedera yang diakibatkan oleh aktovitas fisik pada saat belajar PJOK, pertandingan, latihan, atau dapat disebabkan oleh aktivitas sehari-hari yang agak sulit sehingga tubuh tidak dapat menghindarinya, serta faktor traumatis lainnya dapat disebabkan oleh kondisi sekitar ataupun peralatan yang akan digunakan dalam beraktivitas olahraga. (Bangun, 2016)

Aktivitas olahraga mempunyai berbagai macam manfaat, tetapi olahraga yang dilakukan secara berlebihan dan mengabaikan aturan berolaraga yang benar akan mendatangkan cedera. Dalam proses pebelajaran, sarana, prasarana, bahan ajar, cuaca dan tempat berlangsungnya proses pembelajaran penjas mengandung resiko terjadinya kecelakaan yang tinggi. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kecelakaan saat pembelajaran diantaranya adalah faktor internal seperti kelelahan, kelalaian, keterampilan yang tidak memadai, dan kurangnya latihan pemanasan dan pereangan selama pelatihan atau pembelajaran. Kemudian ada faktor eksternal, seperti peralatan dan fasilitas yang kurang memadai atau tidak layak pakai, cuaca buruk, kondisi alam yang tidak mendukung dan materi yang diberikan oleh guru tidak tepat. (Kurnia & Yuwono, 2021)

Sekolah merupakan tempat bagi siswa dalam menuntut ilmu. Sering kita temui dalam kelas terdapat siswa yang kurang semangat dalam menuntut ilmu dan kurang tanggap terhadap apa yang disampaikan oleh guru. (Aryadana & Supriyono, 2022).

Guru merupakan elemen kunci dalam sistem pendidikan, khususnya di sekolah. Semua komponen lain, mulai dari kurikulum, saranaprasarana, biaya, dan sebagainya tidak akan banyak berarti apabila esensi pembelajaran yaitu interaksi guru dengan peserta didik tidak berkualitas. Begitu pentingnya peran guru dalam mentransformasikan input-input pendidikan, sampai-sampai banyak pakar menyatakan bahwa di sekolah tidak akan ada perubahan atau peningkatan kualitas tanpa adanya perubahan dan peningkatan kualitas guru. Sayangnya, dalam kultur masyarakat Indonesia sampai saat ini pekerjaan guru masih cukup tertutup. Bahkan atasan guru seperti kepala sekolah dan pengawas sekali 8 pun tidak mudah untuk mendapatkan data dan mengamati realitas keseharian performance guru di hadapan siswa.(Pramono, 2012)

Dalam pembelajaran penjas, tidak hanya kesalahan siswa yang mengakibatkan tejadinya cedera, akan tetapi juga dapat disebabkan oleh kesalahan guru penjas. Hal ini terjadi ketika guru penjas tidak memeriksa kesehatan siswa, akibatnya siswa yang sakit memaksakan diri untuk mengikuti kegiaan pembelajaran, menggunakan alat bantu sarana dan prasarana yang tidak tepat atau belum memadai, memberikan materi pembelajaran dengan latihan pemanasan yang kurang, kegiatan pembelajaran yang terlalu keras, dan guru olahraga kurang memiliki pengetahuan dalam mencegah terjadinya cedera olahraga.(Herdiandanu & Djawa, 2020)

Kenyataan yang terjadi dilapangan memperlihatkan bahwa ada beberapa guru yang sudah baik dan ada juga ang dirasa sedikit kurang dalam hal pemahaman tentag pencegahan cedera

olahraga. Hal tersebut dapat dilihat dari pemberian materi saat pembelajaran sudah maksmal tetapi ada beberapa guru yang kurang maksimal dalam memberikan pemanasan pada siswa sebelum pembelajaran, seanjutnya dalam memberikan pemanasan pada siswa sebelum pembelajaran guru harus menyiapkan dan mengecek sarana dan prasarana yang dipakai.

Pemanasan merupakan unsur paling pokok dan penting untuk mempersiapkan tubuh sebelum melksnakan aktovitas pembelajaran olahraga yang lebih kompleks dan berat serta peralatan olahraga juga sebagai unsur pokok untuk mendukung kelangsungan pembelajaran serta meminimalisir terjadinya cedera. Dalam pembelajaran olahraga penting juga adanya ruang perawatan ketika terjadinya cedera saat pembelajaran. Ruang UKS dengan kelengkapan didalamnya seperti kotak P3K, tempat ntuk berbaring, tabung oksigen, dll. (Jatra et al., 2022)

Pemanasan merupakan elemen utama dan terpenting untuk mempersiapkan tubuh sebelum melakukan latihan pelatihan lebih sulit, dan peralatan-peralatan olahraga juga merupakan elemen kunci yang mendukung pembelajaran berkelanjutan dan mengurangi cedera. Saat belajar olahraga, penting bagi Anda untuk memiliki ruang perawatan atau ruang UKS yang dilengkapi dengan peralatan seperti pertolongan pertama, botol oksigen, tempat tidur, dan lain-lain, yang nantinya akan digunakan jika siswa mengalami cedera. (Hervi & Qoriah, 2021)

Dari observasi awal di lapangan yang menunjukan bahwa guru MI Sirotol Mustaqim dawuhan dan Sd Negeri Dawuhn 3 saat pembelajaran olahraga, guru ada yag sudah maksimal dalam memberikan pemanasan pada siswa dan ada juga guru yang kurang maksimal dalam memberikan pemanasan, masih kurag memperhatikan tindakan pencegahan dan perawatan cedera olahraga. Sebelum pembelajaran terdapat guru yag mempersiapkan sarana dan prasarana dengan lengkapn dan terdapat juga guru yang dalam melakukan kegiatan pebelajaran tidak menggunakan sarana dan prasarana untuk keguatan pembelajaran.

Sarana dan prasarana yang digunakan guru penjasorkes di SD Kecamatan Sirampog sebagian besar belum memadai untuk digunakan dalam pembelajaran olahraga. Sebagai contoh kondisi lapangan yang terlalu dekat dengan ruang kelas, hal tersebut mengakibatkan pada saat pembelajaran kurang maksimal. Alat-alat olahraga ang sudah rusak atau sudah tidak layak digunakan seperti bola yang kempes yang seharusnya di pompa dahulu sebelum digunakan tetapi di sekolah tersebut tidak di pompa terebih dahulu da tetap digunakan pada pembelajaran olahraga. Hal ini harus diperhatikan oleh guru olahraga dan pihak sekolah agar siswa dapat melaksanakan kegiatan pembelajaran penjas dengan aman dan menyenangkan serta tidak ada rasa takut ketika siswa elakukan aktivitas. (Putri & Annas, 2020)

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan saat observasi, semua guru olahraga yang baik itu berlatar belakang SGO, DII, dan SI, memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam pencegahan dan perawatan cedera. Karena di setiap jenjang pendidikan yang telah ditempuh seharusnya terdapat mata kuliah PPC (Pencegahan dan Perawatan Cedera) dan Pendidikan Keselamatan, yang dimaksud untuk menambahkan materi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Baik itu berupa teori maupun praktek di lapangan, sehingga guru mampu mengatasi dengan benar masalah yang

terjadi pada siswa yang cedera. Namun kenyataan yang terjadi di lapangan tidak seperti itu, hal ini dialami siswa saat cedera tetapi tidak dilakukan penanganan terlebih dahulu dan langsung dilarikan ke klinik atau rumah sakit. Selain itu, beberapa guru yang sudah lebih senior beranggapan jika terjadi cedera yang cukup parah merupakan hal yang biasa bagi anak sekolah dasar. Hal ini merupakan masalah bagi guru olahraga di SD/MI Kecamatan Sirampog dalam pelaksanaan pembelajaran olahraga yang harus diatasi agar siswa tidak mengalami cedera.

Pemahaman atau komprehensif adalah tingkat kemampuan seseorang yang diharapka mampu memahami arti atau konsep, situasi, serta fakta yang diketahuinya sehingga seseorang tidak hanya hafal secara verbalistis tetapi juga memahami konsep dari masalah atau fakta yang ditanyakan. Dengan kata lain, memahami adalah mengerti tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Jadi, dapat disimpulkan bahwa seorang siswa dikatakan memahami sesuatu apabila siswa dapat memberikan penjelasan atau memberi uraian yang lebih rinci tentang hal yang siswa pelajari dengan menggunakan baasanya sendiri. (Hernaeny et al., 2021)

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pemahaman adalah tingkat kemampuan seseorang yang diharapkan dapat memahami arti atau konsep, serta fakta yang diketahuinya. Seseorang akan memahami setelah sesuatu itu diketahui yang diingat melalui penjelasan tentang isi pokok sesuai makna yang telah ditangkap dari suatu penjelasan atau bacaan . siswa dituntut untuk memahami atau mengerti apa yang diajarkan, mengetahui apa yang sedang dikomunikasikan, dan dapat memanfaatkan isinya tanpa keharusan menghubungkan dengan hal-hal yang lain.

Didalam sebuah proses pembelajaran, setiap peserta didik tidak dapat dinyatakan memiliki kemampuan yang sama, sebab pemahaman memiliki kategori pemahaman yang berbeda-beda yang sesuai dengan pemahaman konsep peserta didik itu sendiri. Sebagaimana diungkapkan oleh Sudjana (2016:24) mengungkapkan ada tiga indikator kategori pemahaman, yaitu: (1) Tingkat terendah adalah pemahaman terjemahan, mulai dari terjemahan dala arti yang sebenarnya, dimulai dengan mengartikan dan menerapkan aturan atau prinsip-prinsip. (2) Tingkat kedua adalah pemahaman penafsiran, yakni menghubungkan bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya atau menghubungkan beberapa bagian dari grafik dengan kejadian, membedakan yang pokok dan yang bukan pokok. (3) Pemahaman tingkat ketiga atau tingkat tertinggi adalah pemahaman ekstrapolasi diharapkan seseorang mampu melihat di balik yang tertulis, dapat membuat ramalan tentang konsekuensi atau dapat memperluas persepsi arti waktu, dimensi, kasus ataupun masalahnya.

Dalam pengertian yang sederhana, guru adalah orang yang memberi ilmu pengetahuan kepada murid karena guru merupakan sosok yang sangat diperlukan dalam mensukseskan tujuan pendidikan. Itulah sebabnya setiap perbincangan mengenai pembaharuan kurikulum, pengadaan alat-alat belajar sampai kriteria sumber daya manusia yang dihasilkan oleh usaha pendidikan selalu bermula pada guru. Thalib (2017). Berdasarkan hal tersebut, dapat dipahami bahwa betapa pentingnya peran seorang guru dalam mensukseskan pendidikan. Guru yang profesional adalah guru yang mampu menyiapkan perangkat pembelajaran dengan baik. (Aryadana & Supriyono, 2022)

Cedera adalah suatu akibat daripada gaya-gaya yang bekerja pada tubuh atau sebagian tubuh dimana melampaui kemampuan tubuh untuk mengatasinya, gaya-gaya ini bisa berlangsung dengan cepat atau jangka lama. Dapat dipertegas bahwa hasil suatu tenaga atau kekuatan yang berlebihan dilimpahkan pada tubuh atau sebgian tubuh sehingga tubuh atau bagian tubuh tersebut tidak dapat menahan dan tidak dapat menyesuaikan diri.(Okta & Hartono, 2020) Harus diingat bhwa setiap orang dapat terkena cedera yang bukan karena kegiatan berolahraga, barpun kita telah berhati-hati tetapi masih juga cedera, tetapi apanila kita berhati-hati kita akan bisa mengurangi resiko cedera tersebut. Cedera olahraga seringkali direspon oleh tubuh dengan tanda radang yang terdiri atas rubor (merah), tumor (bengkak), kalor (panas), dolor (nyeri) dan functiolaesa (penurunan fungsi).(Setiawan, 2021).

Pencegahan merupakan suatu tindakan untuk mengurangi terjadinya resiko yang akan terjadi sehingga sebelum melakukan pembelajaran, sebaiknya seorang guru melakukan pengecekan terhadap alat dan fasilitas yang akan digunakan. Contohnya dengan memeriksa keadaan bola, mengecek keadaan lapangan dengan cara menyingkirkan batu, bambu atau bahkan pecahan kaca yang berada di lapangan atau tempat pembelajaran. Kemudian selanjutnya memberikan pemanasan kepada siswa dengan benar. Artinya pemanasan harus sesuai dengan arah atau materi yang akan diberikan. Misalnya apabila seorang guru akan memberikan materi tentang permainan kasti berarti yang diperbanyak untuk peregangan dan pemanasan adalah tubuh bagian atas terutama lengan dan tangan. Pemanasan dan peregangan sangat diperlukan guna mempersiapkan otot untuk beraktivitas.(Okta & Hartono, 2020)

Melakukan pemanasan sebelum olahraga berat dapat membantu mencegah terjadinya cedera. Pemanasan bertujuan meningkatkan suhu tubuh otot dan seluruh tubuh, serta meregangkan jaringan kolagen untuk mendapatkan fleksibilitas yang lebih besar. Guru penjas diharapkan dapat memberikan dan melakukan pencegahan saat terjadi cedera berupa pertolongan pertama pada siswanya. Upaya perawatan segera termasuk ICE-R dan dukungan gendongan untuk kasus-kasus yang lebih parah. Pengelolaan lebih lanjut mencakup krioterapi (pengobatan menggunakan dingin), suara, dan latihan pemulihan. (Priyonoadi, 2007).

Perawatan cedera dapat diartikan sebagai perlakuan yang diberikan guna memberikan pengobatan dalam proses penyembuhan akibat dari tindakan atau akibat dari cedera yang dialami seseorang. Walaupun pencegahan yang dilakukan guru maupun siswa dalam proses pembelajaran atau diluar proses pembelajaran sudah maksimal, belum tentu potensi cedera akan menghilang sepenuhnya. Potensi cedera pada siswa dalam kegiatan pembelajaran penjas sangat mungkin terjadi, dikarenakan banyaknya faktor yang berpengaruh pada proses pembelajaran. (Aryadana & Supriyono, 2022).

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan untuk melakukan penelitian ini merupakan bersifat deskriptif dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono, (2019) Penelitian kuantitatif didefinisikan sebagai metode penelitian berdasarkan filosofi positivisme untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, di mana pengumpulan data menggunakan alat penelitian,

dan di mana analisis data bersifat kuantitatif/statistik untuk tujuan pengujian hipotesis yang telah ditentukan. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes soal pilihan ganda, dimaksud untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pengetahuan guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di tingkat SD/MI Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes.

Populasi

Menurut Sugiyono, (2019) populasi adalah area umum yang terdiri dari banyak objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang diidentifikasi oleh peneliti sebelum menarik kesimpulan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh guru pendidikan jasani Sekolah Dasar di Kecamatan Sirampog yang berjumlah 46 SD?MI (35 Negeri dan 11 Swasta).

Sampel

Menurut Sugiyono, (2019) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi. Prosedur pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling yang artinya adalah pengambilan sampel secara acak. Pada penelitian ini sampel yang digunakan adahah 8 SD dan 2 MI yang berada di Kelurahan Dawuhan, Kelurahan Kaligiri dan Kelurahan Batursari.

Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini yaitu pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera. Definisi operasionalnya adalah pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera. Pemahaman tersebut dapat diartikan sebagai kemampuan guru penjasorkes untuk mengerti, memahami dan menerapkan pencegahan dan perawatan cedera dalam pembelajaran penjas. Berdasarkan pada definisi operasional variabel, penelitian ini menggunakan soal dalam bentuk pilihan ganda yang meliputi 3 faktor yaitu hakikat cedera, pencegahan cedera, dan perawatan cedera.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data. Menurut Arikunto (2014: 262) instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan dalam mengumpulkan data. Di Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah tes yang berupa soal pilihan ganda. Soal pilihan ganda pada penelitian ini merupakan soal tertutup sehingga responden cukup memilih jawaban yang telah disediakan. Pengenmangan intrumen tersebut didasarkan atas kontribusi teori yang telah disusun sebelumnya, kemudian atas teori tersebut dikembangkan tentang faktor-faktor yang ada pada variabel penelitian dan juga indikator-indikator variabel yang selanjutnya dijabarkan dalam butir-butir pertanyaan.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan metode survei sedangkan teknik pengumpulan data untuk sejumlah guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Kecamatan Sirampog menggunakan soal pilihan ganda, dengan cara: (1)Peneliti membuat surat izin penelitian skripsi. (2) Menyebarkan ke tembusan-tembusan surat perizinan. (3) Peneliti mengedarkan tes yang berupa soal pilihan data kepada responden yaitu guru PJOK sekolah dasar Kecamatan Sirampog dengan mendatangi ke sekolahnya. (4) Selanjutnya soal pilihan ganda

diberikan kepada guru yang bersangkutan untuk diisi dan sehari berselang peneliti mengambil angket yang sudah selesai diisi tersebut, dengan tidak lupa meminta surat keterangan telah melaksanakan penelitian atau dengan kata lain yaitu surat balasan penelitian dari tempat sekolah yang dijadikan penelitian.

Teknik Pengolahan Dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan data statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data. Analisis tersebut untuk mengetahui seberapa baik pemahaman guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD Se-Kecamatan Sirampog. Langkah-langkah yang dilakukan adalah Memberi skor tiap responden pada tiap-tiap butir soal kemudian menjumlahkan skor tiap responden pada tiap-tiap butir soal. Untuk memperjelas proses analisis maka dilakukan pengkategorian. Pengkategorian tersebut menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Saifudin Azwar (2010; 43) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN).

Tabel 1. Norma pengkategorian

No	Interval	Kategori
1	M+1,5 SD<X	Sangat Baik
2	M-0,5SD<X≤+M+1,5 SD	Baik
3	M-0,5 SD<X≤M+0,5 SD	Sedang
4	M-1,5 SD<X≤M-0,5 SD	Kurang
5	X≤M-1,5 SD	Kurang baik

Keterangan:

M : Nilai rata-rata (Mean)

X : Skor

SD : Standar Deviasi

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk persentase. Menurut Sugiyono (2016) rumus untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) sebagai berikut:

P = F : N x 100%

Keterangan:

P = angka persentase

F = jumlah frekuensi jawaban

N = jumah responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di 8 SD Negeri dan 2 MI yang dimulai dari tanggal 6 November sampai 30 November dengan cara mendatangi masing-masing sekolah yang akan diteliti. Subjek dalam penelitian ini yaitu guru penjasorkes yang berada di 10 sekolah tersebut yang dimana 10 sekolah tersebut diambil dari jumlah seluruh SD di Kecamatan Sirampog yang berjumlah 46 sekolah dan hanya diambil 10 sebagai sampel penelitian yang akan diteliti. Deskripsi data dari penelitian ini diungkapkan dengan 38 butir soal pilihan ganda, yang dimana didalamnya menyangkut 3 faktor yaitu, faktor hakikat cedera, faktor pencegahan cedera dan faktor perawatan cedera. Tingkat pemahaman guru terhadap pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Se-Kecamatan Sirampog dideskripsikan berdasarkan jawaban guru atas angket yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dengan presentase menggunakan bantuan komputes program SPSS 23. Dari analisis data pemahaman guru penjasorkes Kecamatan Sirampog tentang pencegahan dan perawatan cedera diperoleh rata-rata 31,30 dan standar deviasi (SD) 3,74. Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan

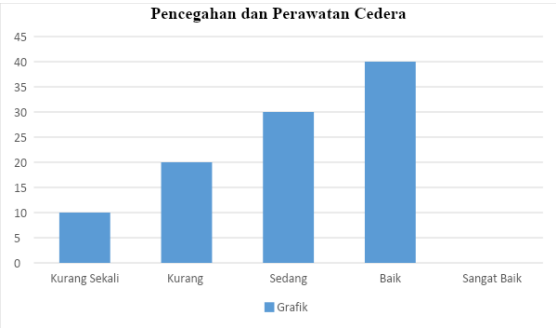
perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Pemahaman Guru

No	Frekuensi	%
1	0	0%
2	4	40%
3	3	30%
4	2	20%
5	1	10%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka pemahaman guru penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Sirampog tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera yaitu sebagai berikut:

Grafik 1. Pemahaman Guru



Berdasarkan tabel dan grafik di atas, menunjukan bahwa pemahaman guru penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Sirampog tentang pencegahan dan perawatan cedera berada pada kategori kurang sekali sebesar 10% (1 guru), kategori kurang sebesar 20% (2 guru), kategori sedang 30% (3 guru), kategori baik sebesar 40% (4 guru) dan selanjutnya yaitu kategori sangat baik sebesar 0% atau bisa disebut tidak ada guru yang dikategorikan sangat baik, sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 31,30. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di Kecamatan Sirampog termasuk dalam kategori baik.

Rincian mengenai pemahaman guru penjasorkes Sekolah dasar Kecamatan Sirampog tentang pencegahan dan perawatan cedera terbagi dalam tiga faktor yaitu; (1) hakikat cedera, (2) pencegahan cedera, dan (3) perawatan cedera adalah sebagai berikut:

Faktor Cedera

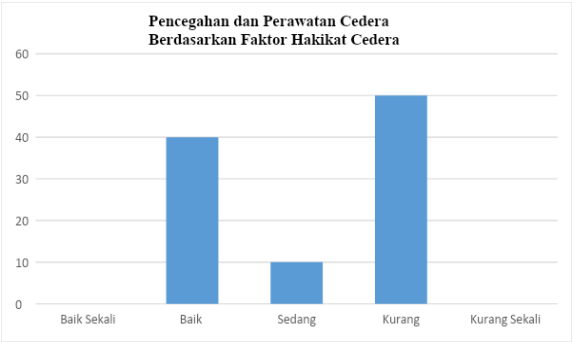
Pemahaman guru Penjasorkes tentang Pencegahan dan Perawatan Cedera di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Sirampog berdasarkan hakikat cedera rata-rata 13,7 dan standar deviasi 1,25. Adapun tabel distribusi tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Faktor cedera

No	Frekuensi	%
1	0	0%
2	4	40%
3	1	10%
4	5	50%
5	0	0%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka tingkat pemahaman guru penjasorkes tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog berdasarkan Faktor Hakikat Cedera yaitu sebagai berikut:

Grafik 2. Faktor Cedera



Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukan bahwa pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera SD/MI di Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor hakikat

cedera berada pada kategori baik sekali sebesar 0% (0 guru), kategori baik 40% (4 guru), kategori sedang 10% (1 guru), kategori kurang 50% (5 guru), dan dalam kategori kurang sekali yaitu 0% (0 guru). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 13,7. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera SD/MI di Kecamatan Sirampog berdasarkan Faktor Hakikat Cedera termasuk dalam kategori kurang.

Pencegahan Cedera

Tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera SD/MI di Kecamatan Sirampog berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera menghasilkan rata-rata 9,50, dan standar deviasi 1,18. Adapun tabel distribusi tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di Kecamatan Sirampog berdasarkan Faktor Pencegahan cedera, sebagai berikut:

Tabel 4. Pencegahan Cedera

No	Frekuensi	%
1	0	0%
2	1	10%
3	7	70%
4	2	20%
5	0	0%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor pencegahan yaitu:

Grafik 3. Pencegahan cedera

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog berdasarkan Faktor Pencegahan Cedera berada pada kategori baik sekali sebesar 0% (0 guru), kategori baik 10% (1 guru), kategori sedang 70% (7 guru), kategori kurang 20% (2 guru), dan kategori kurang sekali sebesar 0% (0 guru). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 9,50. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor pencegahan cedera termasuk dalam kategori sedang.

Perawatan Cedera

Tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor perawatan cedera menghasilkan rata-rata 8,10 dan standar deviasi 2,47. Adapun tabel distribusi tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera berdasarkan faktor perawatan cedera, sebagai berikut:

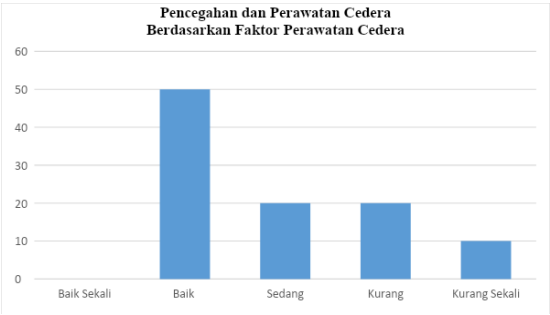
Tabel 5. Perawatan Cedera

No	Frekuensi	%
1	0	0%
2	5	50%
3	2	20%
4	2	20%

5	1	10%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera SD/MI di Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor perawatan cedera yaitu:

Grafik 4. Perawatan cedera



Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/MI Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor perawatan cedera berada pada kategori baik sekali 0% (0 guru), baik 50% (5 guru), sedang 20% (2 guru), kurang 20% (2 guru) dan kurang sekali 0% (0 guru). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 8,10. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di SD/Mi Kecamatan Sirampog berdasarkan faktor perawatan cedera termasuk dalam kategori baik.

Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di tingkat SD/MI se-Kecamatan Sirampog berada pada kategori kurang sekali sebesar 10% (1 guru), kategori kurang sebesar 20% (2 guru), kategori sedang 30% (3 guru), kategori baik sebesar 40% (4 guru) dan selanjutnya yaitu kategori sangat baik sebesar 0% atau bisa disebut tidak ada guru yang dikategorikan sangat baik, sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 31,30. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di tingkat SD/MI Se-Kecamatan Sirampog termasuk dalam kategori baik. Berdasarkan data tersebut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di Kecamatan Sirampog, yaitu (1) latar belakang pendidikan guru pendidikan jasmani, (2) kondisi sekolah, (3) persepsi guru penjasorkes mengenai pencegahan dan perawatan cedera.

Dengan sampel 10 guru penjasorkes Sekolah Dasar terdapat 5 guru penjasorkes yang berlatar belakang S1 pendidikan jasmani, 2 guru yang berlatar belakang dari guru kelas, 1 guru yang berlatar belakang kepala sekolah, dan 2 guru yang berlatar belakang D2. Hal ini dibuktikan dengan data yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti yaitu terdapat 2 guru yang berada di kategori "kurang baik". Pernyataan ini dibuktikan dari hasil penelitian yang ternyata mendapatkan hasil kurang baik adalah guru yang mempunyai latar belakang dari jurusan yang berbeda.

Selanjutnya berdasarkan kondisi Sekolah Dasar di Kecamatan Sirampog, letak sekolah yang berada di perkotaan guru penjasorkes lebih memperdulikan hal-hal mengenai perawatan cedera, hal ini dikarenakan dari pihak sekolah sendiri memfasilitasi peralatan PPPK (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) dan UKS, sedangkan sekolah dasar yang berada di pedesaan atau terletak pada daerah yang jauh dari pusat kota guru penjasorkes cenderung kurang peduli terhadap hal-hal mengenai perawatan cedera, dikarenakan fasilitas yang ada dari sekolah kurang memadai, PPPK yang kurang dan UKS seadanya bahkan masih ada sekolah yang tidak memiliki UKS. Hal

ini dibuktikan dengan data yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti yaitu 3 sekolah dasar yang kurang mendukung adanya peralatan PPPK. Menurut data yang diperoleh peneliti, terdapat beberapa guru penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Sirampog cenderung belum berusaha memperdalam mengenai pengetahuan dan keterampilan dalam PPPK. Hal ini banyak ditemui pada guru penjasorkes yang memiliki usia lebih senior, bahkan peneliti menemukan fakta yang terjadi dilapangan bahwa terdapat guru penjasorkes yang mempunyai persepsi bahwa pembelajaran penjas cukup dengan menyampaikan materi penjas pada siswa dan tidak terlalu memperdulikan hal-hal mengenai pencegahan dan perawatan cedera, beberapa guru tersebut beranggapan apabila terjadi cedera pada siswa saat pembelajaran berlangsung penanganannya langsung diserahkan pada tenaga medis terdekat dalam hal ini puskesmas.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, dapat dideskripsikan tingkat pemahaman guru tentang pencegahan dan perawatan cedera di tingkat SD/MI Se-Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes sebagai berikut, "kurang sekali" sebesar 10% (1 guru), kategori "kurang" sebesar 20% (2 guru), kategori "sedang" 30% (3 guru), kategori "baik" sebesar 40% (4 guru) dan selanjutnya yaitu kategori "sangat baik" sebesar 0% atau bisa disebut tidak ada guru yang dikategorikan baik.

Saran

1. Bagi pihak sekolah, sangat diharapkan untuk melakukan pengadaan alat-alat pertolongan pertama untuk perawatan cedera seperti PPPK, sehingga dapat dilakukan perawatan apabila terjadi cedera pada saat pembelajaran penjas berlangsung sehingga proses pembelajaran tetap dapat berjalan dengan lancar dan mendapatkan hasil pembelajaran penjas yang optimal.
2. Bagi guru, sangat diharapkan untuk lebih meningkatkan lagi pemahaman tentang pencegahan dan perawatan cedera agar pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dapat berlangsung dengan lancar.
3. Bagi siswa, diharapkan dapat menjaga kesehatan dan keselamatan diri sebelum mengikuti kegiatan pembelajaran penjas supaya memperkecil adanya cedera pada saat pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Aryadana, F. W., & Supriyono, S. (2022). Identifikasi dan Penanganan Cedera pada Pembelajaran Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Tengaran. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, *3*(1), 106–112. https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.54059

Bangun, S. Y. (2016). *PERAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA KAJIAN PUSTAKA & PEMBAHASAN. VI.*

Herdiandanu, E., & Djawa, B. (2020). Jenis Dan Pencegahan Cedera Pada Ekstrakurikuler Olahraga Futsal Di SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *08*, 97–108. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/37006

Hernaeny, U., Marliani, N., Marlina, L., & Cengkareng, T. (2021). *ANALISIS KEMAMPUAN PEMAHAMAN KONSEP*. 604–611.

Hervi, A., & Qoriah, A. (2021). Survei Manajemen Olahraga Petanque Pada UKM Petanque Unnes Kota Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, *2*(1), 230–234. https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes

Jatra, R., Sari, M., Haqqi, M., Muafa, F. F.,

Importance, T., Heating, O., Activities, C., Exercise, I., Sports, I., District, I. D., & Regency, S. (2022). *PADA GURU OLAHRAGA DAYAUN*. *5*(1).

Kurnia, W. R., & Yuwono, C. (2021). Indonesian Journal for Physical Education and Sport History Article. *Indonesiam Journal for Physical Education Dan Sport*, *2*(1), 328. https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes

Okta, R. P., & Hartono, S. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *Volume 08. No 02*, 101–108. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/97523287/322568552-libre.pdf?1674145984=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTingkat_Pengetahuan_Penanganan_Cedera_Ol.pdf&Expires=1719172690&Signature=hTQmeywhbYaSfBWFBi~Fb~bqyeIA8A72wN9xhEIt98YpZuoDH4Iz53vWdlpPgDLpOYsVqn2lZBFUGLpLLCAAyzw~EahNh4HJoMndg4GUp~DVDzAvBfZ8r8e2uPqISy5w9AkwkT7-JNgDh53PgXk4prNlkJ8MXHQAVkUBf~qPzK0HnHmDs5AplQpwkV2lBcu1iQqKrFsTywHf9Va0ReXxIoPwwsd9Ck-AS8ZEL2HgGYXFywBDq~nuSGpOE20nlQCW5K8vEZGP1CwLn87JnKCFBsgtIFC45Fi29sNOsRojH2ipXtW8je5cNByN~Dy49YlFQtdlZvGQihU6gtIvo~GAsA__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Pramono, H. (2012). Pengaruh sistem pembinaan, sarana prasarana dan pendidikan latihan terhadap kompetensi kinerja guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar di kota Semarang. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, *29*(1), 7–16.

Priyonoadi, B. (2007). *P e r a w a t a n c e d e r a siku*. *III*, 246–272.

Putri, V. R., & Annas, M. (2020). Survei Sarana dan Prasarana Cabang Olahraga Shorinji Kempo di Kabupaten Banyumas. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, *1*(2), 509–514.

Setiawan, A. (2021). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, *1*(1), 94–98.

Basuki, M. S. (2021). *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif.* Media Sains Indonesia.

Goossens, L., De Ridder, R., Cardon, G., Witvrouw, E., Verrelst, R., & De Clercq, D. (2019). Injury prevention in physical education teacher education students: lessons from sports. A systematic review. *European Physical Education Review*, *25*(1), 156-173.

Hardisman. (2014). *Gawat Darurat Medis Praktis*. Yogyakarta:Gosyen Publishing.

Hidayat, L., Sakti, Y. M., Putro, Y. A. P., Triangga, A. F. R., Farkhan, M. A., Rahayu, B. F. P., & Magetsari, R. (2021). Perceptions of their knowledge, practices and competence in sports injury prevention recognition and management by physical education teachers in Yogyakarta, Indonesia. *International sports studies*, *43*(2).

Mustafa, P. S. (2017). *Pembelajaran Pertolongan Pertama dan Pencegahan Perawatan Cedera Olahraga (PP & PPCO) Berbasis Blended Learning*. Malang. UNM.

Mendrofa, D. (2017, 12 3). *Femina is a magazine for smart, independent, modern Indonesian women.* Retrieved from Health & Diet Kenali 2 Jenis Cedera yang Terjadi Saat Olahraga.

Schincariol, C. Y. N., ECHAURI, E., INSFRÁN, M., SILVESTRE, O. F., & CLIQUET JUNIOR, A. L. B. E. R. T. O. (2023). Heterotopic ossification after spinal cord injury: prevention and treatment-a systematic review. *Acta Ortopédica Brasileira*, *31*, e267451.

Sd, D. I., Beji, N., Wates, K., & Progo, K. K. (2018). Tingkat pengetahuan siswa kelas v tentang cedera olahraga, pencegahan dan perawatan cedera di sd negeri beji kecamatan wates, kabupaten kulon progo. 20–23.

Sumardi. (2020). *Teknik Pengukuran dan Penilaian Hasil Belajar*, Yogyakarta, Indonesia: deepublish.

Thalib, S. B. (2017) *Psikologi pendidikan berbasis analisis empiris aplikatif*. Prenada Media.

Widhiyanti, K. A. T. (2018). *Pencegahan dan perawatan cedera olahraga*. Yogyakarta. Pustaka Panasea.

Yuliati. (2017). *Modul Pengelolaan Kasus Pendarahan*. Jakarta. UEU.

Yusni. (2019). *Cedera Olahraga*. Aceh: Syiah Kuala University Press