



<https://e-journal.upr.ac.id/index.php/juara/>

Pemahaman Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Pencegahan dan Pertolongan Pertama Pada Cedera Dalam Pembelajaran Penjas di SDN Se-Kecamatan Lamandau

Almaysi Widya Krisna*¹, Jeff Agung Perdana², Andi Tenri Abeng³

^{1,2,3} Program Studi PJKR, Universitas Palangka Raya, Indonesia

INFORMASI ARTIKEL

Terbit: 30 Mei 2022

DOI: 10.37304/juara.v2i1.8712

KATA KUNCI

Pengetahuan, Pencegahan, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan, cidera

EMAIL KORESPONDENSI

messipjkr@gmail.com

A B S T R A C T

Physical education learning is a subject that is more practical in the field. In the implementation of physical education learning, a student is very vulnerable to injury to the limbs. Therefore, injuries that occur during exercise should get more attention, by providing treatment for these injuries and prevention before doing sports in order to minimize the occurrence of injuries during exercise. Seeing this requires a good understanding by a physical education teacher to know and understand about prevention and first aid for sports injuries.

Based on the results of qualitative research using observation, interviews, and documentation techniques carried out in 4 schools in Lamandau District, the results showed that the 4 teachers at SDN throughout Lamandau District were cognitively, affectively, and socially related to physical education teachers' understanding of prevention and treatment. First aid for sports injuries in physical education learning at SDN in Lamandau District is the main question of the researcher regarding understanding the definition of sports injuries, prevention of sports injuries, and first aid for sports injuries. The 4 teachers are very understanding. For a question that refers to the feelings/attitudes of the 4 teachers when a sports injury occurs. Mrs. Mido, 1 of the 4 teachers stated that when a sports injury occurred, they felt worried depending on the conditions at that time and 3 teachers stated that they always remained calm. For questions that lead to action, 4 teachers really understand what to do. The researcher concluded that the 4 teachers from 4 schools studied by the researchers, these teachers understood from their knowledge, feelings/attitudes, and actions taken.

A B S T R A K

Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang lebih banyak praktik di lapangan. Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani seorang siswa sangat rentan untuk mengalami cedera pada anggota badan. Oleh karena itu cedera yang terjadi pada saat berolahraga harus mendapatkan perhatian yang lebih, dengan memberikan penanganan cedera tersebut maupun pencegahan sebelum melakukan olahraga agar meminimalisir terjadinya cedera saat berolahraga. Melihat hal tersebut dibutuhkan pemahaman yang baik oleh seorang guru pendidikan jasmani untuk mengetahui dan memahami tentang pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera olahraga.

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilaksanakan di 4

sekolah yang ada di Kecamatan Lamandau, Hasil penelitian menunjukkan bahwa ke- 4 guru di SDN Se- Kecamatan Lamandau secara Kognisi, Afeksi, maupun Konasi pemahaman guru Penjas terhadap pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera olahraga dalam pembelajaran penjas di SDN se-Kecamatan Lamandau adalah dari pokok pertanyaan peneliti mengenai pemahaman terhadap pengetahuan cedera olahraga, pencegahan cedera olahraga, dan pertolongan pertama pada cedera olahraga ke-4 guru tersebut sangat memahami. Untuk pertanyaan yang mengarah kepada perasaan/sikap ke-4 guru ketika cedera olahraga terjadi. Ibu Mido, 1 dari 4 guru tersebut menyatakan perasaan ketika cedera olahraga terjadi merasa khawatir tergantung melihat kondisi pada saat itu dan 3 guru menyatakan selalu tetap tenang. Untuk pertanyaan yang mengarah pada tindakan 4 guru sangat paham betul apa yang harus dilakukan. Peneliti menyimpulkan bahwa ke 4 guru dari 4 sekolah yang diteliti oleh peneliti, guru-guru tersebut memahami dari pengetahuan, perasaan/sikap, dan tindakan yang dilakukan.

1. PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani menjadi suatu proses yang amat penting dalam keseluruhan tahap pendidikan yang ada di sekolah. Dalam proses pembelajaran penjas, guru diharapkan dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, permainan, dan olahraga, nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain- lain). Serta pembiasaan pola hidup sehat, siswa dituntut untuk aktif dalam mempelajari suatu gerak yang nantinya akan dilakukan secara berulang-ulang untuk mendapatkan suatu keterampilan dalam olahraga tertentu.

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Rekreasi sangat berpotensi mengalami cedera dikarenakan peserta didik dalam melakukan aktivitas pelajaran olahraga terjadi kontak fisik secara langsung. Sehingga seorang guru PJOK harus memahami materi olahragatentang pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera. Guru memiliki peran yang sangat penting melakukan penanganan cedera terhadap peserta didik yang mengalami cedera pada saat pembelajaran berlangsung. Hery Supriyadi (2017:46) Pada pembelajaran aktivitas jasmani siswa pasti memiliki resiko tersendiri, siswa tidak jarang melakukan kelalaian atau kesalahan pada saat melakukan aktivitas jasmani. Resiko yang terjadi dari aktivitas olahraga yaitu terjadinyacedera.

Pentingnya bagi guru Penjasorkes memahami tentang faktor penyebab cedera dalam pembelajaran agar dapat mencegah terjadinya cedera. Dilapangan membuktikan pentingnya usaha pencegahan cedera saat pembelajaran penjas, pencegahan dapat dilakukan melalui pengecekan kelayakan sarana dan prasarana sebelum melaksanakan pembelajaran penjas, melakukan pemanasan yang cukup agar tubuh benar-benar siap untuk melaksanakan pembelajaran penjas, guru juga harus memperhatikan kondisi kesehatan siswa sehingga dalam pelaksanaan pembelajaran penjas persentase terjadinya cedera semakin kecil.

Kenyataan yang terjadi dilapangan tidak seperti itu, dalam pembelajaran penjas terjadinya cedera bukan hanya disebabkan oleh kesalahan siswa, tetapi kesalahan juga dapat dilakukan oleh guru PJOK, dikarenakan minimnyapemahaman guru PJOK terhadap pencegahan maupun pertolongan pada cedera itu sendiri, dalam beberapa guru yang sudah senior beranggapan jika terjadi cedera yang cukup parah merupakan hal yang biasa bagi anak sekolah dasar.

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka selanjutnya dapat dirumuskan masalahnya, yaitu “Bagaimana pemahaman guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terhadap pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga di SDN Se- Kecamatan Lamandau?

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan untuk “Mengetahui seberapa baik pemahaman guru pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga terhadap pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera dalam pembelajaran penjas di SDN Se- Kecamatan Lamandau”.

2. METODE

Metode penelitian adalah usaha untuk menemukan, mengembangkan, dan menguji suatu kebenaran pengetahuan dengan cara-cara ilmiah. Oleh karena itu, metode yang digunakan dalam suatu penelitian harus tepat. Ditinjau dari jenis datanya Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Deskriptif-Kualitatif.

Sesuai dengan ciri pendekatan kualitatif salah satunya sebagai instrument kunci dengan peneliti di lapangan sangat mutlak hadir atau terjun langsung dalam melakukan penelitian. Dalam mengumpulkan data peneliti berusaha menciptakan hubungan yang baik dengan informan yang menjadi sumber data-data yang diperoleh betul-betul valid. Dalam pelaksanaan penelitian ini peneliti akan hadir di lapangan sejak diizinkan melakukan penelitian, yaitu dengan cara mendatangi lokasi penelitian pada waktu-waktu tertentu, baik terjadwal maupun tidak terjadwal.

Dalam penelitian ini lokasi penelitian di wilayah Kecamatan Lamandau, Kabupaten Lamandau, Provinsi Kalimantan Tengah, Kode Pos 74663 yang memiliki 15 SDN di 8 Desa, namun peneliti hanya mengambil 4 SDN dikarenakan jarak atau lokasi yang mudah ditempuh oleh peneliti melakukan penelitian di 4 sekolah tersebut. 4 sekolah tersebut adalah: SDN Tapin Bini -1, SDN UPT Tapin Bini, SDN Tapin Bini -2 dan SDN Suja.

Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua jenis, primer dan sekunder. Data primer adalah data yang menjelaskan atau berkaitan langsung dengan objek penelitian penulis Pemahaman Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Pencegahan dan Pertolongan Pertama Cedera Dalam Pembelajaran Penjas di SDN Se-Kecamatan Lamandau. Sumber data Primer dalam penelitian ini adalah Guru PJOK Se-Kecamatan Lamandau, penetapan informan sebagai sumber data primer menggunakan teknik *Purposive Sampling*. *Purposive sampling* menurut Sugiyono (2010: 300) adalah "teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu"

Prosedur pengumpulan data adalah merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Prosedur pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk memperoleh data dari sumber data adalah: Metode Observasi, Metode Wawancara, dan Metode Dokumentasi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang lebih banyak praktik di lapangan. Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani seorang siswa sangat rentan untuk mengalami cedera pada anggota badan. Oleh karena itu cedera yang terjadi pada saat berolahraga harus mendapatkan perhatian yang lebih, dengan memberikan penanganan cedera tersebut maupun pencegahan sebelum melakukan olahraga agar meminimalisir terjadinya cedera saat berolahraga. Melihat hal tersebut dibutuhkan pemahaman yang baik oleh seorang guru pendidikan jasmani untuk mengetahui dan memahami tentang pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera olahraga.

Berdasarkan hasil penelitian di atas peneliti menyimpulkan bahwa pemahaman guru Penjas terhadap pencegahan dan pertolongan pertama pada cedera olahraga dalam pembelajaran penjas di SDN se-Kecamatan lamandau adalah sangat baik. Pemahaman menurut Widiasworo (2017: 81) "Pemahaman merupakan kemampuan untuk menghubungkan atau mengasosiasikan informasi-informasi yang dipelajari menjadi satu gambar yang utuh di otak kita". Dapat juga dikatakan bahwa pemahaman merupakan kemampuan untuk menghubungkan atau mengasosiasikan informasi-informasi lain yang sudah tersimpan dalam data base di otak kita sebelumnya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilaksanakan di 4 sekolah yang ada di Kecamatan Lamandau tentang Tingkat Pemahaman Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Pencegahan dan Pertolongan Pertama Pada Cedera Dalam Pembelajaran Penjas dapat diambil beberapa kesimpulan. Kesimpulan tersebut dipaparkan sebagai berikut: Sesuai dengan data dari wawancara yang diperoleh oleh peneliti dari masing-masing 4 guru yang ada di 4 SD di kecamatan lamandau dari pokok pertanyaan peneliti mengenai pemahaman terhadap pengetahuan cedera olahraga, pencegahan cedera olahraga, dan pertolongan pertama pada cedera olahraga ke-4 guru tersebut sangat memahami. Untuk pertanyaan yang mengarah kepada perasaan/sikap ke-4 guru ketika cedera olahraga terjadi. Ibu Mido, 1 dari 4 guru tersebut menyatakan perasaan ketika cedera olahraga terjadi merasa khawatir tergantung melihat

kondisi pada saat itu dan 3 guru menyatakan selalu tetap tenang. Untuk pertanyaan yang mengarah pada tindakan 4 guru sangat paham betul apa yang harus dilakukan. Peneliti menyimpulkan bahwa ke 4 guru dari 4 sekolah yang di teliti oleh peneliti, guru-guru tersebut memahami dari pengetahuan, perasaan/sikap, dan tindakan yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal:

- Arif Setiawan. 2011. Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 1 (1): 95.
- Gozali, I. (2019). Survei Tingkat Pengetahuan Guru Pjok Tentang Pertolongan Pertama Dan Pencegahan Cedera Olahraga Di SMA/SMK Se- Kecamatan Krembung. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(2).
- Hary Supriady, 2017. Analisis cedera olahraga dalam aktifitas jasmani pada siswa SMA Negeri 1 Nalumsari. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6 (1): 46.
- Muh Sain Hanafi. 2014. Konsep Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan*. 17 (1): 66-79
- Nurhayati Simatupang. 2016. Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan*, 02 (1): 33.
- Prabo Yusuf Wicaksono. 2017. Peran Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Pendidikan Kesehatan di SMA dan MA Se- Kecamatan Sooko. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 05 (1): 92-97.
- Ranintya Meikahani dan Erwin Setyo Kriswanto, 2015. Pengembangan Buku Saku Pengelanaan Pertolongan dan Perawatan Cedera Olahraga Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11 (1): 16-18.

Buku:

- Agus S. Suryobroto. (2001). *Diktat Mata Kuliah Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Andun Sudijandoko. (2000). *Perawatan dan Pencegahan Cedera*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Arikunto, S. (2017). *Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program* Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Arifin, H. Z. (2016). Aplikasi Sikap Profesional Guru dalam Pendidikan. *Warta Dharmawangsa*, (49).
- Arofah, Nova Intan. (2010). *Dasar-Dasar Fisioterapi pada Cedera Olahraga*.
- Ali Satia Graha, dan Bambang Priyonoadi. 2012. *Terapi Masase Frirage Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh Bagian Bawah*. Yogyakarta: Klinik Terapi Fisik UNY
- Eva faridah. 2016. *Jurnal. Mengajar pendidikan jasmani melalui permainan ide kreatif mengoptimalkan aspek pedagogic*.
- Hamalik, O. (2017). *Kurikulum Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Oemar Hamalik, 2004, *Pendidikan Guru Berdasarkan Pendekatan Kompetensi*, Jakarta: PT Bumi Aksara.

- Purwanto, Ngalim M. (2013). Prinsip- prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Rahayu, Ega T. (2013). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.
- Samana. (1994) ; Profesionalisme Keguruan, Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Sardiman. (2014). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). Metode Pelelitian Pendidikan. Bandung Alfabeta.