TINGKAT PENGETAHUAN PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA METODE *PRICES (PROTECT, REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION, SUPPORT*) PADA ATLET BOLA TANGAN

Moh Nur Rofik
S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
moh.18088@mhs.unesa.ac.id

Fatkur Rohman Kafrawi
S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
fatkurrohman@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan atlet putra dan putri dalam penanganan cedera olahraga metode PRICES. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan responden atlet PUSLATCAB Surabaya 2022. Pengambilan data dilakukan menggunakan angket yang berisi 50 pertanyaan yang akan dianalisis menggunakan skala Guttman dan analisis *One Way ANOVA*. Analisis skala Guttman dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden sedangkan analisis One Way ANOVA dilakukan untuk mengetahui adanya perbedaan tingkat pengetahuan antara atlet putra dan atlet putri. Hasil dari penelitian ini diperoleh 28 responden dengan masing-maisng 14 responden putra dan 14 responden putri. Tingkat pengetahuan penanganan cedera olahraga metode PRICES pada atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 yang masuk dalam kategori sedang. Pada atlet putra memiliki kategori rendah dan atlet putri smemiliki tingkat pengetahuan sedang. Pada analisis *One Way ANOVA* diperoleh nilai *p-value* > 0,05 yang diartikan tidak terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan dari atlet putra maupun atlet putri. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan pengetahuan antara jenis kelamin putra dan putri terhadap pemahaman penanganan cedera metode PRICES.
Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Penanganan Cedera, Atlet, Bola Tangan

Abstract

This study aims to determine the difference in the level of male and female athletes in the management of sports injuries using the PRICES method. This research is a quantitative descriptive study with PUSLATCAB Surabaya 2022 athletes as respondents. Data collection was carried out using a questionnaire containing 50 questions which would be analyzed using the Guttman scale and One Way ANOVA analysis. The Guttman scale analysis was conducted to determine the level of knowledge while the One Way ANOVA analysis was carried out to determine the difference in the level of knowledge between male athletes and female athletes. The results of this study obtained 28 respondents with each 14 respondents male and 14 female respondents. The level of knowledge in handling PRICES sports injuries in PUSLATCAB Surabaya 2022 handball athletes who are in the low category. Male athletes have a low category and female athletes have a moderate level of knowledge. In the One Way ANOVA analysis, the p-value > 0.05, which means that there is no significant difference in knowledge of male athletes and female athletes. Therefore, there is no difference between male and female gender on the understanding of injury management using the PRICES method.
Keywords: *Knowledge Level, Injury Management, Athlete, Handball*

PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu dasar dalam kebutuhan manusia yang dapat mempengaruhi latihan fisik dan mental yang kuat dan kuat. Seperti yang sering dikatakan oleh para olahragawan "mens sana in corpore sano" yang artinya pada tubuh kuat terdapat jiwa sehat, sehingga setiap individu yang rutin melakukan kegiatan olahraga dapat memiliki kesehatan fisik dan mental yang lebih baik daripada individu yang jarang atau tidak melakukan olahraga (Iklil & Khamidi, 2021).

Ketika berkecimpung dalam dunia olahraga penting untuk mengetahui ilmu dasar seputar pencegehan dan penanganan pertama cedera olahraga baik sebelum, pada saat, dan sesudah di lapangan. Perihal berikut perlu adanya penguatan dalam ilmu dasar pengetahuan kinesiologi, psikologi, fisioterapi, fisiologi, gizi, anatomi, dan ilmu perawatan serta penanganan pertama dalam cedera olahraga (Fauzi & Priyonoadi, 2018).

Cedera olahraga umumnya didefinisikan sebagai cedera fisik yang diderita oleh seorang pemain sebagai akibat dari permainan atau sesi latihan. *The United States Injury Law and Legal Definition* secara umum mendefinisikan cedera sebagai kerugian yang diderita seseorang sebagai akibat dari tindakan atau kelalaian orang lain, dan secara umum dapat menyebabkan tuntutan perdata atau pidana. Penanganan pertama cedera olahraga merupakan salah satu pengetahuan yang wajib di ketahui oleh setiap pelaku olahraga termasuk atlet guna mengurangi terjadinya kesalahan dalam penanganan serta perawatan dan berakibat cedera yang lebih parah (kronis) (Abou Elmagd, 2016). Selain itu, cedera dapat terjadi pada awal kegiatan olahraga atau selama olahraga dilakukan. Hal ini dapat terjadi yang disebabkan oleh kesalahan pemanasan, kurangnya mobilitas, dan kelelahan (Listiyanto et al., 2016)

Penanganan yang baik dan tepat sangatlah penting untuk diterapkan karena hal tersebut merupakan penentu seberapa lamanya cedera tersebut menjadi sembuh kembali (Listiyanto et al., 2017). Jika perlakuan penanganan dari awal kurang baik, akan mempunyai risiko dan dapat mengakibatkan cedera memakan waktu lama untuk sembuh. Upaya dalam tindakan pertama cedera yang dikenal secara umum yaitu menggunakan metode *Rest, Ice, Compression, Elevation (RICE)* (Simatupang, 2016).

BEM FKUI mengembangkan metode penangan cedera dalam sebuah modul dengan nama metode *Protect, Rice, Ice, Compression, Elevation*, dan *Support* (PRICES). Metode PRICES merupakan sebuah metode penanganan cedera yang menyempurnakan metode sebelumnya dengan lebih lengkap dan penambahan perlindungan utama pencegahan dan pendukungan lanjutan cedera olahraga dalam upaya meminimalisir terjadi kejadian kembali (Candra et al., 2021; Tim Bantuan Medis BEM IKM FKUI, 2015)

Bola tangan merupakan olahraga beregu dengan kontak badan yang sangat berat yang menekankan pada gerakan lari, lompat, lari cepat, kekuatan lengan, lemparan tangan, memblokir, dan mendorong (Iklil & Khamidi, 2021). Selain keterampilan teknis dan taktis, baru-baru ini telah ditunjukkan bahwa karakteristik antropometrik dan tingkat kekuatan otot serta kecepatan lempar bola tangan yang tinggi adalah faktor terpenting untuk partisipasi yang sukses di tingkat bola tangan elit (Musthofa & Kafrawi, 2019; Tsigilis & Hatzimanouil, 2005). Selain mempunyai karakteristik kontak badan yang berat olahraga bola tangan juga memiliki intensitas permainan yang tinggi. Dengan begitu setiap atlet akan mudah mengalami resiko terjadinya cedera pada setiap pertandingan (Bojić et al., 2020).

Terlebih lagi, kurangnya kondisi fisik umum, teknik yang salah, kurangnya fleksibilitas, dan juga perawatan dan rehabilitasi cedera yang tidak memadai telah dilaporkan sebagai faktor yang terkait dengan terjadinya cedera dalam olahraga bola tangan (Abou Elmagd, 2016). Guna ke depan dapat meminimalisir terjadinya cedera yang berkelanjutan dan lebih parah/kronis, setiap atlet bola tangan harus mempunyai bekal pengetahuan dasar mengenai perawatan dan penangan pertama cedera olahraga. Mengingat permainan bola tangan mempunyai kontak badan yang berat dan merupakan olahraga dengan intensitas permainan yang tinggi (Bojić et al., 2020; Buchheit et al., 2009)

Tingkat pengetahuan cedera berpengaruh dalam prestasi atlet terutama dalam praktik di lapangan (Simatupang, 2016). Apabila penanganan cedera dapat dioptimalkan maka presetasi atlet juga akan dapat dioptimalkan. Atlet putra dan atlet putri harus sama-sama memiliki tingkat pengetahuan yang baik dalam menangani cedera. Atlet putra terkenal lebih sering mengalami cedera dibanding atlet putri

(Jones et al., 2020; Sethuraman et al., 2014). Hal tersebut sering dikaitkan dengan banyak faktor, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan penanganan cedera dan jenis kelamin Penanganan cedera memberikan pertolongan baik pada atlet putra dan atlet putri sehingga diperlukan kajian lebih lanjut mengenai penanganan cedera dengan kajian jenis kelamin terutama pada atlet.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 perihal penanganan cedera olahraga metode PRICES; kemudian mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan penanganan cedera olahraga metode PRICES pada atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 dari atlet putra dan atlet putri. Batasan dalam penelitian ini adalah peneliti hanya melakukan penilitian pada atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 dan penelitian ini hanya fokus pada tingkat pengetahuan atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 perihal penanganan cedera dengan metode PRICES. PUSLATCAB dilaksanakan pada bulan Februari hingga pertengahan bulan Juni.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif dan kuantitatif untuk mengetahui perbedaan pemahaman pengetahuan cedera metode *Protect, Rest, Ice, Compression, Elevation,* dan *Support* (PRICES) pada atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022. Data diambil menggunakan instrumen yang telah divalidasi. Instrumen yang digunakan adalah angket kuisioner yang berisi 50 pertanyaan tertutup dengan metode survei.

Penelitian ini dilakukan di tempat latihan atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022. Namun, dikarenakan penelitian kali ini menggunakan *google form* maka dapat diselesaikan dimanapun atlet berada menggunakan *gadget* dari masing-masing atlet. Penelitian ini berjalan selama 7 hari dimulai tanggal 13 Maret 2022 hingga 20 Maret 2022.

Populasi pada penilitian ini yaitu atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022, dengan total populasi sebanyak 28 atlet (14 tim putra, 14 tim putri). Wiratna (2014) menyatakan pengambilan sampel dengan subjek sampel kurang dari 100 responden, maka perlu diambil keseluruhan. Maka dari itu pada penilitian ini peneliti menggunakan teknik *total sampling*.

Variabel pada penelitian kali ini yaitu pengetahuan atlet bola tangan tentang pemahaman mengenai penanganan cedera dalam olahraga dengan metode PRICES. Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner yang diadaptasi penelitian (Susanti & Sari, 2018) yang berjudul "Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani Tentang Penanganan Dini Cedera Olahraga Dengan Metode PRICES di SMA/ MA Negeri Se-Kabupaten Kulon Progo Tahun 2017". Instrumen adalah kuisioner tertutup yang berjumlah 50 pertanyaan yang akan dianalisis dengan aturan skala Guttman dan skala dikotomi.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif perihal teknik pengumpulan dengan pemberian nilai pada jawaban yang diperoleh di setiap jawaban yang ada dalam kuisioner, dengan ketentuan jika menjawab dengan benar mendapat nilai 2, dan apabila memilih jawaban yang salah mendapat skor 0.

Teknik analisis data menggunakan antara lain: mengetahui persentase,, uji normalitas untuk menentukan persebaran data, uji homogenitas untuk mengetahui kehomogenan data, serta uji *one way ANOVA* sebagai dasar pengambilan kesimpulan (Duli, 2019). Uji *One Way ANOVA* dilakukan untuk menarik kesimpulan dengan membandingkan perbedaan rata-rata terhadap kelompok variabel. Uji statistika dilakukan dengan menggunakan bantuan program lunak SPSS 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakterisitik Responden

Pengambilan data dalam penelitian dilakukan pada 31 Maret – 5 April 2022 dengan menggunakan kuisioner melalui platform *google form*. Responden dalam penelitian ini adala atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 yang berjumlah total 28 (putra & putri) responden. Angket kuisioner berisi 50 pertanyaan berisi mengenai penanganan cedera olaraga pada atlet metode *protect,rest, ice, compression, elevation,* dan *support.*

Tabel 1 Karateristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

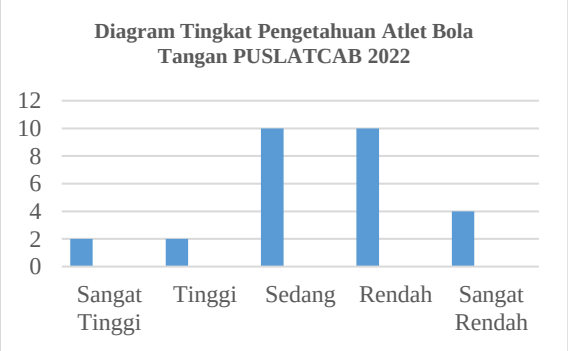
Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Putra	14	50
Putri	14	50
Total	28	100

Berdasarkan tabel 1, jumlah responden berdasarkan jenis kelamin yang setara dengan jumlah laki-laki sebanyak 14 responden (50%) dan perempuan 14 responden (50%). Responden merupakan atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022.

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Responden terhadap Tingkat Pengetahuan Cedera pada Responden

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Sangat Tinggi	2	7,00
Tinggi	2	7,00
Sedang	10	36,00
Rendah	10	36,00
Sangat Rendah	4	14,00
Total	28	100,00

Berdasarkan tabel 2, diperoleh bahwa responden dengan tingkat pengetahuan sangat tinggi berjumlah 2 orang (7%), tingkat pengetahuan tinggi 2 orang (7%), tingkat pengetahuan sedang 10 orang (36%), tingkat pengetahuan rendah 10 orang (36%), dan tingkat pengetahuan sangat rendah berjumlah 4 orang (14%). Hasil analisis menunjukkan bahwa atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 memiliki pemahaman penanganan cedera metode PRICES kategori sedang\

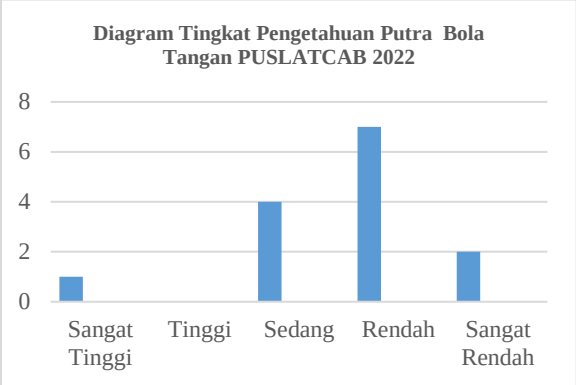


Gambar 1 Diagram Tingkat Pengetahuan Atlet Bola Tangan PUSLATCAB 2022

Tabel 3 Tingkat Pengetahuan Responden Putra terhadap Tingkat Pendidikan Cedera pada Responden

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Sangat Tinggi	1	7,14
Tinggi	0	0,00
Sedang	4	28,57
Rendah	7	50,00
Sangat Rendah	2	14,29
Total	14	100,00

Berdasarkan tabel 3, didapatkan hasil bahwa untuk atlet putra dengan kategori sangat tinggi berjumlah 1 responden (7,14%). Pada kategori tinggi berjumlah 0 orang (0%). Kategori sedang untuk atlet putra berjumlah 4 orang (28,57%). Kategori untuk rendah berjumlah 7 orang (50%) dan kategori sangat rendah berjumlah 2 orang (14,29%). Hasil analisis menunjukkan bahwa atlet putra PUSLATCAB Surabaya 2022 memiliki pengetahuan penanganan cedera metode PRICES kategori rendah.



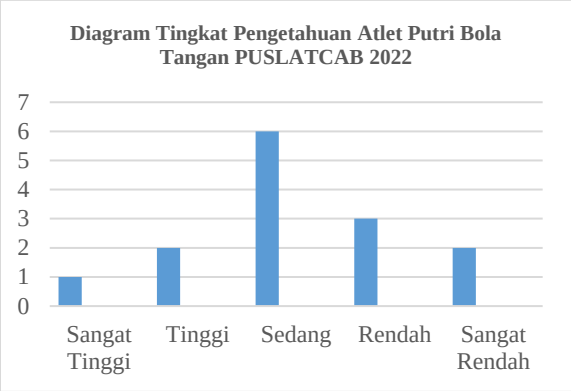
Gambar 2 Diagram Tingkat Pengetahuan Atlet Putra Bola Tangan PUSLATCAB 2022

Tabel 4 Tingkat Pengetahuan Responden Putri terhadap Tingkat Pendidikan Cedera pada Responden

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Sangat Tinggi	1	7,14
Tinggi	2	14,29
Sedang	6	42,86
Rendah	3	21,43
Sangat Rendah	2	14,29
Total	14	100,00

Berdasarkan tabel 4, didapati untuk responden perempuan dengan kategori sangat tinggi berjumlah 1 responden (7,14%). Pada kategori tinggi didapatkan hasil berjumlah 2 responden (14,29%). Responden perempuan dengan kategori sedang

berjumlah 6 responden (42,86%). Pada kategori rendah berjumlah 3 responden (21,43%) dan kategori sangat rendah berjumlah 2 responden (14,29%). Hasil analisis menunjukkan atlet bola tangan putri PUSLATCAB Surabaya 2022 memiliki tingkat pengetahuan sedang.



Gambar 3 Diagram Pengetahuan Atlet Putri Bola Tangan PUSLATCAB 2022

Analisis Pengaruh Jenis Kelamin teradap Tingkat Pengetaan Mengatasi Cedera

Data dianalisis dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Data pertama kali dianalisis dengan uji normalitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui kenormalan persebaran atau distribusi data. Selanjutna dilakukan uji homogenitas untuk mengetahui kesaamaan data. Uji normalitas dan uji homogenitas adalah dua prasyarat untuk melakukan uji parametrik. Uji parametrik yang dijalankan dalam penelitian ini adalah uji ANOVA *One Way*.

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas

Kelompok	*P-value*	Keterangan
Putra	0,423	Data normal
Putri	0,802	Data normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai *p-value* normalitas dari masing-masing kelompok data dengan taraf signifikasi α = 0,05. Hhasil uji menunjukkan hasil data normal karena nilai *p-value* ≥ 0,05 (Wiratna, 2014).

Tabel 5 Hasil Uji Homogenitas

P-value	Keterangan
0,891	Data homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas, diperoleh nilai *p-value* yang lebih besar dari taraf signifikansi α = 0,05. Apabila nilai *p-value* homogentas ≥ 0,05 maka data tersebut homogen (Sujarweni & Utami, 2015).

Tabel 6 Hasil Uji *One Way* ANOVA

P-value	Keterangan
0,346	Tidak terdapat perbedaan

Berdasarkan hasil uji *One Way ANOVA* diperoleh niliai *p-value* sebesar 0,346 dengan taraf signifikasi α = 0,05. Sehingga dengan nilai *p-value* 0,715 < 0,05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat pengetahuan penanganan cedera (Arifin, 2017).

Pembahasan

Cedera merupakan rusaknya struktur dan fungsi normal dari suatu bagian tubuh yang disebabkan kecelakaan baik sengaja maupun tidak sengaja (Nicholls et al., 2016). Cedera banyak dijumpai dalam olahraga-olahraga dengan fisik berat seperti sepak bola, bola tangan, voli, dan basket (Nugroho & Ambardini, 2016) Penanganan cedera merupakan hal yang sangat penting terutama pada praktik lapangan, ketika terjadi cedera olahraga salah satu metode yang dapat dilakukan untuk menangani cedera yaitu metode *rest, ice, compression, elevation,* dan *support* (PRICES). Perlakuan yang diberikan harus sesuai dengan cedera yang terjadi sehingga penangannya menjadi lebih optimal. Metode PRICES merupakan metode pengembangan yang telah disempurnakan dari metode sebelumnya yang memiliki banyak keunggulan dibandingkan metode lain (Tim Bantuan Medis BEM IKM FKUI, 2015). Apabila penanganan yang diberikan dengan metode PRICES benar maka cedera dapat sembuh dengan cepat dan tidak memberikan dampak yang parah (Susanti & Sari, 2018).

Pada penelitian ini, diperoleh hasil analisis secara deskriptif secara keseluruhan menunjukkan bahwa atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 memiliki tingkat pengetahuan sedang. Untuk atlet putra memiliki tingkat rendah sedangkan putri juga memiliki kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman akan penanganan cedera pada atlet putra memiliki perbedaan secara deskriptif. Selain itu peneliti juga melakukan survey dimana hasil survey

menunjukkan fakta dilapangan mengenai cederanya atlet. Pada atlet putra dengan tingkat pengetahuan kategori sangat tinggi ada 1 atlet dan fakta dilapangan mengalami 2 kali cedera dibagian tubuh yang sama; pada kategori tinggi tidak ada; kategori sedang ada 4 atlet dan fakta dilapangan 2 atlet mengalami 3 kali cedera dibagian tubuh yang sama dan 2 atlet lainnya hanya 1 kali cedera; kategori rendah ada 7 atet dan fakta dilapangan 4 atlet mengalami 2 kali cedera dibagian tubuh yang sama dan 3 atlet 4 kali mengalami cedera dibagian tubuh yang sama; kategori sangat rendah ada 2 atlet dan fakta dilapangan 2 atlet tersebut tidak pernah mengeluhkan cedera. Sedangkan pada atlet putri dengan tingkat pengetahuan kategori sangat tinggi ada 1 atlet dan fakta dilapangan atlet tersebut hanya mengalami 1 kali cedera; kategori tinggi ada 2 atlet dan fakta dilapangan mereka mengalami 4 kali cedera dibagian tubuh yang sama; kategori sedang ada 6 atlet dan fakta dilapangan 4 atlet mengalami 2 kali cedera dibagian tubuh yang sama dan 2 atlet mengalami 4 kali cedera dibagian tubuh yang sama; kategori rendah ada 3 atlet dan fakta dilapangan 3 atlet tersebut hanya mengalami 1 kali cedera; kategori sangat rendah ada 2 atlet dan fakta dilapangan 2 atlet tersebut hanya mengalami 1 kali cedera.

Pemahaman dengan kategori sedang menunjukkan bahwa kesadaran akan mengatasi cedera berada pada tingkat normal. Perbedaan antara skala persentase pengetahuan antara atlet putra dan atlet putri dapat disebabkan karena atlet putra yang sering menganggap remeh cedera dan sering menghiraukannya. Sedangkan atlet putri lebih menganggap cedera perlu diperhatikan namun tidak terlalu penting. Selain itu pula studi mengenai perbedaan perawatan cedera yang dilakukan Sethuraman et al. (2014) menunjukkan laki-laki merasa bahwa rasa sakit yang diterima tergolong biasa sehingga menganggap remeh, berbeda dengan perempuan yang lebih sensitif sehingga memberikan dampak pada pengetahuan yang berbeda pada pengetahunnya. Selaras dengan (Jones et al., 2020) mengenai studi perbedaan gender dalam cedera muskuloskeletal menunjukkan bahwa perempuan memiliki kemungkinan cedera yang lebih rendah dibanding laki-laki. Namun secara keseluruhan hasil deskriptif menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan cedera metode PRICES antara atlet putra dan putri memiliki kesamaan. Hal tersebut bertolak belakang dengan penelitian relevan mengenai hubungan jenis kelamin dan pengetahuan bantuan hidup dasar (Fauzi & Priyonoadi, 2018; Rahmawati et al., 2022) yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara tingkat pengetahuan dan jenis kelamin. Hal tersebut dapat berbeda karena responden dalam penelitian ini adalah atlet yang sudah diberikan pengetahuan sejak dini mengenai cedera sehingga memiliki tingkat pengtahuan yang sedang dalam mengetasi cedera.

Purba (2017) yang melakukan penelitian mengenai tingkat pengetahuan penanganan cedera pada kelompok olahraga prestasi FIO Universitas Negeri Jakarta memeroleh hasil bahwa anggotanya memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Hal tersebut disebabkan karena pemahaman akan penanganan cedera ditanamkan secara matang dan mendalam sehingga penanganan cedera anggota kelompok olahraga prestasi FIO UNY memiliki pengetahuan yang baik. Pengetahuan menangani cedera akan memberikan banyak dampak baik dari segi cara bermain hingga prestasi. Menurut Okta & Hartono (2020) dan Simatupang (2016) jurusan dan prodi memberikan perbedaan dalam pengetahuan penanganan cedera. Beberapa faktor yang memengaruhi pengetahuan mengenai masalah penanganan cedera oleh Okta & Hartono (2020) adalah program studi. Menurut penelitiannya, program studi memengaruhi cara berpikir dalam memahami penangan cedera. Jurusan dan program studi akan menunjang cara berpikir dalam penangan cedera. Selain itu, selaras dengan Simatupang (2016), jurusan memberikan pengaruh dalam tingkat pengetahuan penanganan cedera. Pemahaman penanganan cedera akan disesuaikan dengan bidang masing-masing.

Berdasarkan hasil analisis statistika menggunakan *One Way ANOVA* diperoleh jenis kelamin pada atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022, menunjukkan hasil tidak ada perbedaan pengetahuan yang signifikan antara atlet putra dan atlet putri. Hal ini merepresentasikan bahwa atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 memiliki pemahaman yang sama terhadap cedera. Atlet bola tangan PUSLATCAB kurang memerhatikan masalah cedera dan meremehkan efek cedera. Sementara, cedera olahraga dapat terjadi karena banyak faktor diantaranya karena kecelakaan, kesalahan teknis, kuranya peralatan, serta kelebihan bobot tubuh tertentu (Abou Elmagd, 2016; Tsikata et al., 2022). Hal tersebut tidak selaras dengan penelitian

Nicholls et al. (2016) dan (Sethuraman et al., 2014) yang menunjukkan bahwa perempuan lebih memiliki pengetahuan berbeda dengan laki-laki. Hal tersebut dikarenakan perbedaan responden dalam penelitian dimana Nicholls et al. (2016) dan (Sethuraman et al., 2014) menggunakan masyarakat biasa dalam mengumpulkan data dimana masyrakat biasa masih awam dan baru mengenal penanganan cedera. Perempuan memiliki pengetahuan yang lebih tinggi karena perempuan memiliki sensitivitas yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam merasakan rasa sakit. Fadlilah & Rahil (2019) menyatakan bahwa tingkat pendidikan memengaruhi pencegahan cedera pada bagian muskuloskeletal. Hal tersebut juga menjadikan salah satu dasar dimana tingkat pengetahuan responden pada penelitian ini berbeda-beda mulai dari pendidikan di siswa sekolah dasar hingga mahasiswa di perguruan tinggi. Mahasiswa di perguruan tinggi memiliki tingkat pengetahuan lebih tinggi dibandingkan dengan siswa di sekolah dasar sedangkan pada penelitian ini tidak melihat faktor tingkat pendidikan dalam penarikan kesimpulan. Beberapa responden menyatakan bahwa cedera yang didapati pada waktu dekat kemarin memiliki penanganan dengan metode PRICES. Metode tersebut dianggap sebagai metode yang cocok untuk memulihkan cedera yang didapat. Pemahaman tersebut dapat dibuktikan dengan waktu pemulihan yang normal dan tidak menghasilkan dampak lain.

Pengetahuan pada saat penanganan cedera olahraga yang baik dan tepat merupakan hal yang sangat penting untuk diketahui oleh seorang praktisi olahraga (atlet), mengetahui penanganan cedera yang baik dan tepat akan mempengaruhi prestasi mereka. Pengetahuan yang cukup dalam menangani cedera diharapkan dapat meminimalkan risiko cedera yang semakin parah serta memudahkan perawatan lebih lanjut dan meningkatkan performa atlet sehingga dapat berprestasi.

PENUTUPAN

Simpulan

Berdasarkan pembahasan, diperoleh bahwa tingkat pengetahuan penanganan pada cedera olahraga menggunakan metode *protect, rest, ice, compression, elevation,* dan *support* pada atlet bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022 kategori sedang. Tidak ada perbedaan signifikan antara pengetahuan penanganann cedera antara atlet putra dan atlet putri bola tangan PUSLATCAB Surabaya 2022.

Saran

Pembaca diharapkan dapat meningkatkan pemahaman akan penanganan cedera karena hal tersebut sangat penting. Edukasi perlu dilakukan untuk memberikan dampak positif dan menunjang kemajuan atlet terutama di Indonesia. Selain itu, diperlukan pula kajian mengenai pengaruh pengetahuan penanganan cedera terhadap prestasi atlet putra dan putri untuk lebih memperluas kajian mengenai penanganan cedera.

DAFTAR PUSTAKA

Abou Elmagd, M. (2016). Common sports injuries. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, *3*(5), 142–148.

Arifin, J. (2017). SPSS 24 Untuk Penelitian dan Skripsi. In *PT Gramedia*.

Bojić, I., Valdevit, Z., & Veličković, M. (2020). The causes and prevention of injuries in handball. *Teme*, 423–438.

Buchheit, M., Laursen, P. B., Kuhnle, J., Ruch, D., Renaud, C., & Ahmaidi, S. (2009). Game-based training in young elite handball players. *International journal of sports medicine*, *30*(04), 251–258.

Candra, O., Dupri, D., Gazali, N., Muspita, M., & Prasetyo, T. (2021). Penerapan Teknik Price Terhadap Penanganan Cedera Olahraga Pada Atlet Klub Bola Basket Mahameru Pekanbaru. *Community Education Engagement Journal*, *2*(2), 44–51.

Duli, N. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar Untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS. In *Deepublish Publisher*.

Fadlilah, S., & Rahil, N. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Cidera Muskuloskeletal Pada Pemain Futsal. *Jurnal keperawatan BSI*, *7*(1).

Fauzi, I. B., & Priyonoadi, B. (2018). Klasifikasi dan Pemahaman Penanganan Cedera Pada Saat Latihan Menari. *MEDIKORA*, *17*(1).

Iklil, M., & Khamidi, A. (2021). MANAJEMEN PEMBINAAN BOLA TANGAN KLUB GIRI GRESIK. *Jurnal Prestasi Olahraga*, *4*(8), 56–62.

Jones, A. M., Koehoorn, M., & Mcleod, C. B. (2020). Gender Differences in Surgery for Work-Related Musculoskeletal Injury: A Population-Based Cohort Study. *Healthcare Policy = Politiques de Sante*, *15*(3), 47–62. https://doi.org/10.12927/hcpol.2020.26131

Listiyanto, D., hasea purba, R., & Pelana, R. (2016). *Pengetahuan Anggota Ksr Pmi Univ Negeri Jakarta Mengenai Penanganan Cedera Olahraga*. 8–17.

Listiyanto, D., Purba, R. H., & Pelana, R. (2017). Pengetahuan anggota korps sukarela palang merah indonesia (KSR PMI) Unit universitas negeri jakarta mengenai penanganan cedera olahraga. *JURNAL SEGAR*, *5*(1), 29–40.

Musthofa, H., & Kafrawi, F. R. (2019). ANALISIS PENGETAHUAN PELATIH KLUB HANDBALL BUMI WALI TUBAN TERHADAP RECOVERY. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *7*(2).

Nicholls, A. R., Levy, A. R., Jones, L., Meir, R., Radcliffe, J. N., & Perry, J. L. (2016). Committed relationships and enhanced threat levels: Perceptions of coach behavior, the coach-athlete relationship, stress appraisals, and coping among athletes. *International Journal of Sports Science and Coaching*, *11*(1), 16–26. https://doi.org/10.1177/1747954115624825

Nugroho, B. S., & Ambardini, R. L. (2016). Tingkat Pengetahuan Atlet Tentang Cedera Ankle Dan Terapi Latihan Di Persatuan Sepakbola Telaga Utama. *Medikora*, *15*(1), 23–38.

Okta, R. P., & Hartono, S. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, *08*(02), 101–108.

Purba, R. H. (2017). PENGETAHUAN ANGGOTA KELOMPOK OLAHRAGA PRESTASI SEPAK BOLA FAKULTAS ILMU OLAHRAGA UNIVERSITA NEGERI JAKARTA TERHADAP PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA. *Prosiding Seminar dan Lokakarya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta*, *2*(01), 61–65.

Rahmawati, W. D., Sukmaningtyas, W., & Muti, R. T. (2022). Hubungan antara jenis kelamin dan program studi dalam mempengaruhi pengetahuan bantuan hidup dasar pada mahasiswa. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, *4*(1), 18–24.

Sethuraman, K. N., Marcolini, E. G., McCunn, M., Hansoti, B., Vaca, F. E., & Napolitano, L. M. (2014). Gender-specific issues in traumatic injury and resuscitation: consensus-based recommendations for future research. *Academic Emergency Medicine : Official Journal of the Society for Academic Emergency Medicine*, *21*(12), 1386–1394. https://doi.org/10.1111/acem.12536

Simatupang, N. (2016). Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahrgaan Universitas Negeri Medan. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan*, *02*(01), 31–42.

Sujarweni, V. W., & Utami, L. R. (2015). SPSS untuk Penelitian. Yogyakarta. *Jurnal Bisnis dan Ekonomi (JBE)*,.

Susanti, Y. T., & Sari, I. P. T. P. (2018). Pengetahuan Guru Pendidikan Jasmani Tentang Penanganan Dini Cedera Olahraga Dengan Metode Protect Rest Ice Compression Elevation Support (Prices) Di SMA/MA Negeri Se-Kabupaten Kulon Progo Tahun 2017. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, *7*(3).

Tim Bantuan Medis BEM IKM FKUI. (2015). Modul Penanganan Cedera Olahraga. *Tim Bantuan Medis BEM IKM FKUI*, 1–13.

Tsigilis, N., & Hatzimanouil, D. (2005). Injuries in handball: Examination of the risk factors. *European Journal of Sport Science*, *5*(3), 137–142.

Tsikata, E., Fuseini, A., Diabor, C. A., & Victory, K. (2022). Generalist Teachers' Knowledge Level on Causes and Effects of Injuries in Schools' Sports. *Social Education Research*, 103–111.

Wiratna, S. (2014). Metodologi penelitian lengkap, praktis dan mudah dipahami. *Pt.Pustaka Baru*.