Jurnal Peduli Masyarakat

Volume X Nomor Y, Bulan 2020

p-ISSN 2715-6524

http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENCEGAHAN CEDERA *ANKLE SPRAIN* PADA UNIT KEGIATAN MAHASISWA PENCAK SILAT DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

PIPIN YUNUS [1)], SUSANTI MONOARFA [2)], RANDY PRATAMA ANO [3)]

[1] Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

[2] Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

[3] Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email : randypratamascorpion@gmail.com

ABSTRAK

Pencegahan cedera adalah usaha dalam mencegah terjadinya cedera baik berat maupun ringan dengan cara pemanasan dan pendinginan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Faktor-faktor yang berhubungan dengan Pencegahan Cedera Ankle Sprain pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Desain penelitian menggunakan descriptif. Pengambilan Sampel menggunakan teknik Total Sampling dengan 41 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Pengolahan data menggunakan analisis uji statistik Chi Square dengan tingkat signifikan α = (0,05). Dari hasil penelitian faktor pengetahuan didapatkan nilai p value= 0,000, faktor sikap didapatkan nilai p value= 0,000, faktor perilaku didapatkan nilai p value= 0,000, dan dari ketiga faktor didapatkan variabel pengetahuan memiliki nilai signifikan (P-value) sebesar 0,033 (<0.05). Dapat disimpulkan bahwa faktor pengetahuan, sikap dan perilaku terdapat hubungan terhadap pencegahan cedera ankle sprain dan dari tiga faktor tersebut yang paling dominan berhubungan terhadap pencegahan cedera yakni pengetahuan.

Kata Kunci: Pencegahan Cedera, Pengetahuan, Perilaku dan Sikap

FAKTORS ASSOCIATED WITH PREVENTION OF ANKLE SPRAIN INJURY IN PENCAK SILAT STUDENT ACTIVITY UNIT AT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

ABSTRACT

Ijury prevention aims to prevent severe and mild injuries by warming up and cooling down. This research aimed to determine the factors associated with avoiding ankle sprain injuries in the Pencak Silat Student Activity Unit at the Universitas Muhammadiyah Gorontalo. The research design used descriptive. Sampling using a total sampling technique with 41 responden. Data collection using a questionnaire sheet. Data processing using Chi-Square statistical test analysis with a significant level α = (0,05). From the research results, the knowledge factor obtained a p-value = 0,000, the attitude factor obtained a p-value = 0,000, the behaviour factor obtained a p-value = 0,000, and of the three factors obtained, the knowledge variable had a significant value (P-value) of 0,033 (<0.05). It can be concluded that knowledge, attitude and behaviour are related to preventing ankle sprain injuries and of the three factors most dominantly related to injury prevention, namely knowledge.

Keywords: Injury Prevention, Knowledge, Behavior and Attitude

PENDAHULUAN

Cedera adalah kerusakan yang terjadi pada struktur dan fungsi tubuh akibat latihan fisik atau kimiawi. Cedera dibagi menjadi dua jenis: akut dan kronik. Cedera akut adalah cedera yang terjadi secara tiba-tiba, seperti robekan ligamen, otot, tendon, terkilir, atau bahkan patah tulang. Cedera kronik adalah cedera yang terjadi karena teknik yang salah dan berlangsung lama (Siregar & Nugroho, 2022)

Salah satu cedera *musculoskeletal* jangka panjang yang paling sering terjadi diseluruh dunia adalah *sprain ankle*. Lebih dari 23.000 orang setiap hari memerlukan perawatan medis untuk ankle sprain, baik atlet maupun non-atlet, menurut sebuah studi di AS. Dari data epidemiologi cedera olahraga, *ankle sprain* adalah jenis cedera *ankle* yang paling sering terjadi (33 dari 43 jenis olahraga). Jenis cedera yang paling sering terjadi adalah *ankle sprain* (33–73%), menurut penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, Belanda, dan Hong Kong. Di Inggris, *ankle sprain* menyumbang 3–5 persen dari seluruh kunjungan gawat darurat, dengan 5.600 insiden per hari (Alfarisi et al., 2022)

Menurut data Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, tingkat luka atau cedera secara nasional adalah 9,2%, dengan tingkat tertinggi di Sulawesi Tenggara (13,8%) dan tingkat terendah di Gorontalo (6,9%). Cedera yang mengganggu aktivitas sehari-hari ditemukan paling sering di Provinsi Lampung dan Kota Bandar Lampung, masing-masing 8,8% dan 4,5%. Individu berusia 15 hingga 24 tahun menempati tingkat tertinggi (23,33%) dan paling rendah di Gorontalo (6,9%). (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019) (Kedokteran et al., 2023)

Pengetahuan pesilat tentang cedera *ankle sprain* sangat penting. Masalah muncul karena beberapa pesilat tahu tentang cedera *ankle sprain* tetapi tidak berusaha mencegahnya dengan benar. Tindakan pencegahan seperti *warm-up* berolahraga dan beristirahat tidak dilakukan, meskipun hal itu dilakukan untuk mencegah cedera. Penanganan dan pengetahuan yang buruk tentang *sprain ankle* meningkatkan kemungkinan terkena sprain berikutnya dan akhirnya menyebabkan ketidakstabilan ankle jangka panjang. Pesilat sangat berhati-hati untuk mencegah cedera *ankle sprain*. Untuk mengetahui apakah pencegahan cedera berhasil, tentu saja tidak terlepas dari memantau sikap seseorang (Siregar & Nugroho, 2022).

Pengetahuan dan pengalaman memengaruhi sikap perspektif. Untuk meningkatkan ketahanan dan kelenturan otot, anda harus melakukan pemanasan secara teratur atau berulang sebelum berolahraga. Dilapangan beberapa pesilat tidak mendengarkan instruksi pelatih, dan beberapa melakukan pemanasan yang salah, menyebabkan cedera *ankel sprain*. Untuk membantu mencegah cedera *ankle sprain*, Anda mungkin memiliki sikap yang positif atau optimis (Fadlilah & Rahil, 2019).

Seseorang yang memiliki sikap positif akan berperilaku baik. Beberapa pesilat melakukan perilaku pencegahan yang cukup, tetapi kinerjanya kurang. Ada juga beberapa pesilat yang menangani cedera *ankle sprain* secara mandiri. Hal ini menimbulkan kesulitan bagi para pesilat (Vinet & Zhedanov, 2019).

Penelitian berjudul "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Cedera *Muskuloskeletal* pada Pemain Futsal" menemukan bahwa tidak ada hubungan antara usia, lama bermain, dan pengetahuan dengan perilaku pencegahan cedera *muskuloskeletal* pada pemain futsal di lapangan Forza Futsal. Sebaliknya, ada

hubungan antara pendidikan dan pengetahuan dengan perilaku pencegahan cedera *muskuloskeletal* (Fadlilah & Rahil, 2019).

Berdasarkan data wawancara yang didapatkan dari Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo diperoleh data jumlah anggota keseluruhan yaitu 41 pesilat aktif, dan 1 pelatih, dengan jadwal latihan 2 kali selama seminggu pada sore hari dilapangan pencerahan kampus Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Dari hasil observasi dan wawancara dengan 10 dari 41 pesilat yang rutin mengikuti pelatihan didapatkan masalah, yaitu 10 dari 41 pesilat mengatakan sering terjadi cedera *ankle sprain* saat latihan maupun pertandingan. Tingkat pengetahuan pesilat dalam pencegahan cedera *ankle sprain* sekedar tahu apa itu cedera *ankle sprain* namun belum bisa mengaplikasikan upaya pencegahannya, Sikap dari beberapa pesilat tidak merespon terhadap intruksi pelatih untuk melakukan upaya pencegahan cedera *ankle sprain*. Perilaku pesilat masih berbeda-beda melakukan penanganan cedera *ankle sprain* dalam upaya pencegahan secara mandiri.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut mengenai "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan pencegahan Cedera *Ankle Sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo".

METODE

Dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif, penelitian ini bertujuan untuk menciptakan gambar atau deskripsi objektif dari suatu keadaan dengan angka atau numerik. Metode pengumpulan data yang digunakan termasuk wawancara, observasi, atau survei (Sugiyono, 2014). Waktu penelitian telah dilaksanakan pada bulan Mei sampai bulan Juli 2023. Penelitian ini dimulai dari proses penyusunan proposal dengan mengambil data awal di tempat penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo berjumlah 41 orang. Sampel Penelitian ini berjumlah 41 responden di Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat Universitas Muhammadiyah Gorontaloyang di ambil berdasarkan sampel (Nursalam, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Jurusan.

No	Karakterisitik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Usia		
	19-24	41	100%
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	28	68,3%
	Perempuan	13	31,7%
3	Jurusan		
	S1 Keperawatan	4	9,8%
	S1 Psikologi	6	14,6%
	S1 Keolahragaan	11	26,8%
	S1 Pendidikan Agama Islam	5	12,2%
	S1 Adminitrasi Publik	3	7,3%
	S1 Pendidikan Guru SD	5	12,2%
	S1 Sistem Informasi	5	12,2%
	S1 Sastra Arab	2	4,9%

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas,distribusi frekuensi berdasarkan usia responden dalam penelitian ini adalah umur 19-24 tahun yaitu sekitar 41 responden (100%). Berdasarkan jenis kelamin responden terbanyak dalam penelitian ini adalah laki-laki yaitu sebanyak 28 responden (68,3%) dan paling sedikit adalah perempuan yaitu sebanyak 13 responden (31,7%). Berdasarkan Jurusan responden terbanyak dalam penelitian ini adalah S1 Keolahragaan yaitu sebanyak 11 responden (26,8%) dan paling sedikit adalah S1 Sastra Arab yaitu sebanyk 2 responden (4,9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan pencegahan cedera *Ankle Sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

No	Pengetahuan	Jumlah	Presentase
1	Baik (>50%)	22	53,7%
2	Kurang Baik(<50%)	19	46,3%
	Total	**41**	**100%**

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas, distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 22 responden (53,7%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 19 responden (46,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Sikap Pencegahan Cedera *Ankle Sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

No	Sikap	Jumlah	Presentase
1	Baik (>50%)	24	58,5%
2	Kurang Baik(<50%)	17	41,5%
	Total	**41**	**100%**

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas, distribusi frekuensi berdasarkan sikap pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 24 responden (58,5%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 17 responden (41,5%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perilaku Pencegahan Cedera *Ankle Sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

No	Perilaku	Jumlah	Presentase
1	Baik (>50%)	26	63,4%
2	Kurang Baik(<50%)	15	36,6%
	Total	**41**	**100%**

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas, distribusi frekuensi berdasarkan perilaku pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 26 responden (63,4%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 15 responden (63,4%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pencegahan Cedera *Ankle Sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

No	Pencegahan Cedera	Jumlah	Presentase
1	Baik (>50%)	24	58,5%
2	Kurang Baik(<50%)	17	41,5%
	Total	**41**	**100%**

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas, distribusi frekuensi berdasarkan pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 24 responden (58,5%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 17 responden (41,5%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan terhadap Pencegahan Cedera *Ankle Sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Variabel	Pencegahan Cedera						P Value
	Baik		Kurang Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Pengetahuan							
Baik (>50%)	21	51,2%	1	2,4%	22	53,7%	0,000
Kurang Baik (<50%)	3	7,3%	16	39,0%	19	46,3%	
Total	24	58,5%	17	41,5%	41	100,0%	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, pengetahuan baik dengan pencegahan cedera kategori baik sebanyak 21 responden (51,2%) danpengetahuan kurang baik dengan pencegahan cedera baik yaitu sebanyak 3 responden (7,3%). Sedangkan pengetahuan baik dengan pencegahan cedera kurang baik sebanyak 1 responden (2,4%) dibandingkan dengan pengetahuan kurang baik dengan pencegahan cedera kurang 16 responden (39,0%).

Hasil uji statisitic diperoleh nilai *p value*= 0,000 ≤ α (0,05) yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Tabel. 7 Hubungan sikap terhadap pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Variabel	Pencegahan Cedera						P Value
	Baik		Kurang Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Sikap							
Baik (>50%)	22	53,7%	2	4,9%	24	58,5%	0,000
Kurang Baik (<50%)	2	4,9%	15	36,6%	17	41,5%	
Total	24	58,5%	17	41,5%	41	100,0%	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, sikap baik dengan pencegahan cedera kategori baik sebanyak 22 responden (53,7%) dibandingkan dengan sikap kurang baik dengan pencegahan cedera baik yaitu sebanyak 2 responden (4,9%). Sedangkan sikap baik dengan pencegahan cedera kategori kurang sebanyak 2 responden (4,9%) dibandingkan dengan sikap kurang baik dengan pencegahan cedera kurang 15 responden (36,6%).

Hasil uji statisitic diperoleh nilai *p value*= 0,000 ≤ α (0,05) yang berarti ada hubungan antara sikap dengan pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Tabel 8. Hubungan Perilaku terhadap Pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Variabel	Pencegahan Cedera						P Value
	Baik		Kurang Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Perilaku							
Baik (>50%)	23	56,1%	3	7,3%	26	63,4%	0,000
Kurang Baik (<50%)	1	2,4%	14	34,1%	15	36,6%	
Total	24	58,5%	17	41,5%	41	100,0%	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, perilaku baik dengan pencegahan cedera kategori baik sebanyak 23 responden (56,1%) dibandingkan dengan perilaku kurang baik dengan pencegahan cedera baik yaitu sebanyak 1 responden (2,4%). Sedangkan perilaku baik dengan pencegahan cedera kategori kurang sebanyak 3 responden (7,3%) dibandingkan dengan perilaku kurang baik dengan pencegahan cedera kurang 14 responden (34,1%).

Hasil uji statisitic diperoleh nilai *p value*= 0,000 ≤ α (0,05) yang berarti ada hubungan antara perilaku dengan pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

3. Analisis Multivariat

Tabel 9. Analisis Multivariat Hubungan Pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

No	Variabel Independen	Signifikan	Exp(B)	P-value
1	Pengetahuan	0,033	21,000	
2	Sikap	1,000	1,000	(<0,05)
3	Perilaku	0,067	14,000	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan variabel pengetahuan memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 0,033 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio* sebesar 21,000. Variabel sikap memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 1,000 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio* sebesar 1,000. Variabel perilaku memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 0,067 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio* sebesar 14,000.

Pembahasan

1. Analisis Univariat

a) Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian dari 41 responden yang dteliti dengan karakteristik usia menunjukkan responden yang berusia 19-24 tahun sebanyak 41 orang (100%). Hasil dari penelitian ini pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo rata-rata usia pesilat adalah mereka yang masih kategori remaja akhir dalam usia produktif yaitu 19-24 tahun. Usia seseorang didefinisikan sebagai jumlah waktu yang telah berlalu sejak lahir dan dapat dihitung dengan menggunakan satuan waktu yang disusun secara kronologis. Individu normal memiliki tingkat perkembangan anatomis dan fisiologis yang sebanding (Nursalam, 2017)

Berdasarkan hasil penelitian dari 41 responden yang diteliti menunjukkan jenis kelamin laki-laki yang terbanyak yaitu 28 responden (68,3%) dan paling sedikit adalah perempuan yaitu sebanyak 13 responden (31,7%). Jenis kelamin adalah tanda biologis

yang membedakan manusia berdasarkan kelompok laki-laki dan perempuan. Jenis kelamin juga mengacu pada perilaku dan penampilan seseorang yang sesuai dengan jenis kelaminnya (Notoatmodjo, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian dari 41 responden yang diteliti menunjukkan sebanyak 11 orang (26%) jurusannya ialah S1 Keolahragaan dan 2 orang (4,9%) yang jurusannya ialah S1 Sastra Arab. Jurusan adalah kursus yang berfokus pada bidang studi yang dipilih responden. Mencari keseimbangan dan kesempurnaan dalam perkembangan seseorang dari segi pengetahuan, sikap, dan perilaku sehari-hari dikenal sebagai pendidikan (Sion, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Shen, Li, Farid, Hany, Mcpeek, 2008) yang membahas pengetahuan kader UKS tentang pencegahan dan perawatan cedera sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan. Penelitian ini menemukan bahwa orang yang menerima pendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan pencegahan yang baik dan juga akan mampu merawat cedera dengan baik.

b) Pengetahuan

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 22 responden (53,7%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 19 responden (46,3%).

Pengetahuan yang baik berarti responden sudah mengetahui dan memahami apa yang akan digunakan, dianalisis, disintesis, dan dievaluasi. Pengetahuan ini kemudian akan dimanifestasikan dalam sikap dan perilaku untuk mencegah cedera *ankle sprain* (Notoatmodjo, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Supardi, 2018) dengan judul Gambaran Pengetahuan Pencegahan Cedera pemain sepak Bola diKlub Sepak Bola Gelora Muda Supeken, Sumenep Hasil Penelitian menemukan bahwa sebagian besar pemain sepak bola mengetahui cara mencegah cedera di Klub Sepak Bola Gelora Muda Supeken di Sumenep

c) Sikap

Berdasarkan distribusi frekuensi berdasarkan sikap pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 24 responden (58,5%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 17 responden (41,5%).

Sikap adalah tanggapan seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap umumnya dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki seseorang, dan terdiri dari komponen kognitif (ide yang dipeljari), perilaku (berpengaruh terhadap respon yang sesuai atau tidak), dan emosi yang menghasilkan tanggapan yang konsisten (Sion, 2020)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Kevin Dhaniel Ryu Sisnet Tanidi, 2023) dengan judul "Gambaran Pengetahuan dan Sikap Atlet Bola Basket tentang Pencegahan Cedera Ekstrimitas Bawah di Klub Basket Imonoke Feb Um". Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian memiliki pengetahuan dalam kategori kurang dan mayoritas memiliki sikap dalam kategori cukup. Ini menunjukkan bahwa atlet bola basket dapat mencegah cedera secara baik.

d) Perilaku

Berdasarkan distribusi frekuensi berdasarkan perilaku pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

terbanyak dalam kategori baik sebanyak 26 responden (63,4%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 15 responden (63,4%).

Perilaku adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan atau stimulus dari luar. Seseorang dapat menilai perilaku pesilat dengan melihat apa yang mereka lakukan; biasanya, setiap pesilat melakukan hal yang berbeda. Dua jenis perilaku adalah tertutup (covert) dan terbuka (overt). Perilaku tertutup adalah respons seseorang yang tidak dapat diamati secara jelas oleh orang lain. Perilaku terbuka adalah respons seseorang terhadap tindakan yang sebenarnya, yang dapat diamati dengan lebih mudah dan jelas (Sakti et al., 2021)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pérez, 2017) dengan judul Hubungan Antara perilaku pencegahan Terhadap kejadian Cedera Saat Latihan Tanding Sepak Bola. Hasilnya menunjukkan bahwa responden menunjukkan perilaku yang cukup dapat diamati, seperti menggunakan perlengkapan lengkap saat bermain sepak bola untuk mengantisipasi cedera.

e) Pencegahan Cedera

Berdasarkan distribusi frekuensi berdasarkan pencegahan cedera pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo terbanyak dalam kategori baik sebanyak 24 responden (58,5%) dan yang paling sedikit dalam kategori kurang baik sebanyak 17 responden (41,5%).

Pencegahan cedera adalah usaha dalam mencegah terjadinya cedera baik berat maupun ringan dengan sebelum dimulainya olahraga terlebih dahulu melakukan *warm-up* atau pemanasan hal ini bertujuan untuk meningkatkan kinerja *neuromuskuler*, meningkatkan efisiensi pernapasan dan mengurangi cedera *ankle sprain* pada olahraga (Education, 2023)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Syahadatina, 2022) dengan judul Gambaran Umum Pencegahan Dan Penanganan Cedera Pada Saat Aktivitas Olahraga, hasil penelitian menunjukkan bahwa pencegahan yang dilakukan oleh responden yaitu dengan cara berlari, melompat dan melakukan pemanasan, untuk penanganan cedera olahraga menggunakan metode *RICE*.

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pengetahuan Dengan Pencegahan Cedera

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa, pengetahuan baik dengan pencegahan cedera kategori baik sebanyak 21 responden (51,2%) dan pengetahuan kurang baik dengan pencegahan cedera baik yaitu sebanyak 3 responden (7,3%). Sedangkan pengetahuan baik dengan pencegahan cedera kurang baik sebanyak 1 responden (2,4%) dibandingkan dengan pengetahuan kurang baik dengan pencegahan cedera kurang 16 responden (39,0%). Hasil uji statisitic diperoleh nilai *p value*= 0,000 ≤ α (0,05) yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Pengetahuan muncul sebagai hasil dari pengindraan terhadap sesuatu. Pengetahuan tentang pesilat sangat penting untuk berbagai alasan, salah satunya adalah untuk mengurangi risiko cedera ankle sprain. Setiap pesilat memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda; ada yang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, sangat cukup, dan kurang. Sikap dan perilaku pesilat selama latihan dan pertandingan pasti dipengaruhi oleh pengetahuan yang mereka miliki (Pasaribu, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan (Hastuti, 2017) dengan judul penelitianHubungan Pengetahuan Tentang Antisipasi Cedera Dengan Praktik Pencegahan Cedera Pada Anak

Usia Toddler Di Rw 01 Kelurahan Manggahang Wilayah Puskesmas Jelekong Kabupaten Bandung terdapat hubungan pengetahuan dengan pencegahan cedera, hasil penelitian ditemukan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan semakin baik juga antisipasi yang dilakukan dalam upaya pencegahan cedera

b. Hubungan Sikap Dengan Pencegahan Cedera

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, sikap baik dengan pencegahan cedera kategori baik sebanyak 22 responden (53,7%) dibandingkan dengan sikap kurang baik dengan pencegahan cedera baik yaitu sebanyak 2 responden (4,9%). Sedangkan sikap baik dengan pencegahan cedera kategori kurang sebanyak 2 responden (4,9%) dibandingkan dengan sikap kurang baik dengan pencegahan cedera baik 15 responden (36,6%). Hasil uji statisitic diperoleh nilai *p value*= 0,000 ≤ α (0,05) yang berarti ada hubungan antara sikap dengan pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Sikap adalah prediksi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu. Dengan demikian, sikap bukan hanya kondisi internal psikologis yang murni dari individu (murni kondisi internal psikologis), tetapi lebih merupakan proses kesadaran yang sifatnya individu, yang berarti bahwa proses ini terjadi secara subjektif dan unik pada setiap orang. Perbedaan individual, yang berasal dari norma dan prinsip yang dipegang dan dikelola oleh individu, dapat menyebabkan keunikan ini (Widhiyanti, 2018)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fadlilah & Rahil, 2019) dengan judul penelitian Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Cidera Muskuloskeletal Pada Pemain Futsal Hasil penelitian menunjukan ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku pencegahan cedera *muskuloskeletal* dimana Sikap pemain bola memungkinkan mereka untuk melakukan perilaku pencegahan, seperti menggunakan alat pelindung diri sebelum bermain bola.

c. Hubungan Perilaku Dengan Pencegahan Cedera

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa, perilaku baik dengan pencegahan cedera kategori baik sebanyak 23 responden (56,1%) dibandingkan dengan perilaku kurang baik dengan pencegahan cedera baik yaitu sebanyak 1 responden (2,4%). Sedangkan perilaku baik dengan pencegahan cedera kategori kurang sebanyak 3 responden (7,3%) dibandingkan dengan perilaku kurang baik dengan pencegahan cedera 14 responden (34,1%). Hasil uji statisitic diperoleh nilai *p value* = 0,000 ≤ α (0,05) yang berarti ada hubungan antara perilaku dengan pencegahan cedera *ankle sprain* pada Unit Kegiatan Mahasiswa pencak silat di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Perilaku individu adalah respons mereka terhadap stimulus atau tindakan yang dapat diamati. Perilaku ini memiliki frekuensi, durasi, dan tujuan yang jelas, baik disadari maupun tidak disadari. Umur, pengalaman, sikap, pendidikan, pengetahuan, dan sikap memengaruhi perilaku seseorang. Faktor-faktor ini berkorelasi dengan perilaku Namun, itu tidak menghilangkan kemungkinan bahwa seseorang yang memiliki sikap positif tetapi berperilaku buruk (Notoatmodjo, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pérez, 2017) dengan judul Hubungan Antara perilaku pencegahan Terhadap kejadian Cedera Saat Latihan Tanding Sepak Bola hasil penelitiannya menunjukkanresponden memiliki kemampuan untuk mengantisipasi tindakan pencegahan cedera, seperti menggunakan perlengkapan lengkap saat bermain sepak bola, menunjukkan perilaku yang cukup.

3. Analisis Multivariat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan variabel pengetahuan memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 0,033 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio* sebesar 21,000. Variabel sikap memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 1,000 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio sebesar*1,000. Variabel perilaku memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 0,067 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio* sebesar14,000.

Hasil penelitian didapatkan bahwa variabel pengetahuan memiliki nilai p-value dengan nilai *Exp(B)Odd Ratio* yang tinggi daripada variabel sikap dan varibel perilaku, sehingga pengetahuan mempunyai pengaruh paling dominan terhadap pencegahan cedera *ankle* sprain. Hal iniditunjukkan kebanyakan pesilatmemiliki pengetahuan yang baik tentang pemanasan dan pendinginan yang merupakan upaya pencegahan cedera.

Jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik, itu akan berdampak pada sikap dan perilaku mereka saat melakukan sesuatu. Pengetahuan atau kognitif merupakan bagian yang sangat penting dari tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fadlilah & Rahil, 2019) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan pencegahan Cidera *muskuloskeletal*. Hasil penelitiannya bahwa Cidera *muskuloskeletal* dipengaruhi usia, pendidikan, pengalaman, dan kurangnya pengetahuan yang berdampak tidak terbentuknya sikap yang positif terhadap pencegahan cedera yang selanjutnya memiliki perilaku yang buruk terhadap pencegahan cedera *muskuloskeletal*. Menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap sikap, dan perilaku memungkinkan terjadinya cedera *muskuloskeletal.*

SIMPULAN

Hasil Penelitian didapatkan variabel pengetahuan memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 0,033 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio sebesar* 21,000. Variabel sikap memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 1,000 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio sebesar*1,000. Variabel perilaku memiliki nilai sig. (*P-value)* sebesar 0,067 (<0.05) dengan *Exp(B)Odd Ratio* sebesar 14,000. Variabel pengetahuan memiliki pengaruh yang paling dominan terhadap pencegahan cedera dengan nilai *p-value dengan Exp(B)Odd Ratio* terbesar. Dapat disimpulkan bahwa faktor pengetahuan, sikap dan perilaku terdapat hubungan terhadap pencegahan cedera *ankle sprain* dan dari tiga faktor tersebut yang paling dominan berhubungan terhadap pencegahan cedera yakni pengetahuan

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada beberapa pihak atas dukungan dan dorongan diantaranya Rektor Univesitas Muhammadiyah Gorontalo, Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, serta Ketua Program Studi Keperawatan yang telah membantu dalam memfasilitasi penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alfarisi, R., Fatresia, W., & Permatasari, N. (2022). Edukasi Pencegahan Dan Penangananan Awal Cedera Ankle Sprain Bagi Kelompok Aktif. *Jurnal Perak Malahayati*, *4*(1), 8–13. Https://Doi.Org/10.33024/Jpm.V4i1.6202

Education, P. (2023). *Journal Of S.P.O.R.T, Vol. 7, No.1, Maret 2023*. *7*(1), 87–95.

Fadlilah, S., & Rahil, N. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Cidera Muskuloskeletal Pada Pemain Futsal. *Jurnal Keperawatan Bsi*, *7*(1), 66–75.

Hastuti, D. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Antisipasi Cedera Dengan Praktik Pencegahan Cedera Pada Anak Usia Toddler Di Rw 01 Kelurahan Manggahang Wilayah Puskesmas Jelekong Kabupaten Bandung. *Jurnal Keperawatan*

Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal), *3*(1), 52–62. Https://Doi.Org/10.33755/Jkk.V3i1.85

Kedokteran, F., Lampung, U., & Lampung, B. (2023). *Efek Pemberian Ekstrak Kulit Batang Rhizopora Apiculata Terhadap Penyembuhan Luka Sayat Pada Tikus Putih (Rattus Norvegicus) Jantan Galur Sprague Dawley*.

Kevin Dhaniel Ryu Sisnet Tanidi. (2023). *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Atlet Bola Basket Tentang Pencegahan Cedera Ekstremitas Bawah Di Klub Basket Imonoke Feb Um*.

Notoatmodjo. (2014). *Buku Teori Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku* (Vol. 3, Issue 2).

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. Lestari (Ed.); 4th Ed.). Salemba Medika.

Pasaribu, M. (2022). *Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Siswa Mtsn Barito Selatan Kalimantan Tengah*. *4*(1), 145–152.

Pérez, A. (2017). Hubungan Antara Perilaku Pencegahan Terhadap Kejadian Cedera Saat Latihan Tanding Sepak Bola. *Bmc Public Health*, *5*(1), 1–8.

Sakti, B. P., Purnanto, N. T., & Sulistiyarini. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Metode Rice Pada Ankle Sprain Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Remaja Laki-Laki Di Purwodadi. *Tscd3kep Journal*, *6*(1), 42–53.

Shen, Li , Farid, Hany, Mcpeek, M. A. (2008). Pengetahuan Kader Uks Tentang Perawatan Cedera Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan. *Evolution*, 1–14.

Sion, R. (2020). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Mahasiswa Kesehatan Terhadap Covid-19 Di Universitas Hasanuddin. *Universitas Hasanuddin*, 12–26.

Siregar, F. S., & Nugroho, A. (2022). Pengetahuan Atlet Terhadap Resiko, Pencegahan, Dan Penanganan Pertama Cedera Olahraga Bola Voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, *2*(2), 83–93. Https://Doi.Org/10.55081/Joki.V2i2.601

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Manajemen* (Setiyawami (Ed.); 2nd Ed.). Alfabeta, Cv.

Supardi, U. . (2018). Gambaran Pengetahuan Tentang Pencegahan Cederapada Pemain Sepak Bola Di Klub Sepak Bolagelora Muda Sapeken, Sumenep. *Kinabalu*, *11*(2), 50–57.

Syahadatina, S. (2022). Gambaran Umum Pencegahan Penanganan Cedera Pada Saat Aktivitas Olahraga (Studi Kasus Pada Atlit Futsal Club The Boom). *Sport Pedagogy Journal*, *11*(2), 1–8. Https://Doi.Org/10.24815/Spj.V11i2.25435

Vinet, L., & Zhedanov, A. (2019). A “Missing” Family Of Classical Orthogonal Polynomials. In *Journal Of Physics A: Mathematical And Theoretical* (Vol. 44, Issue 8). Https://Doi.Org/10.1088/1751-8113/44/8/085201

Widhiyanti, K. A. (2018). *Pencegahan Dan Perawatan Cedera Olahraga* (1st Ed.). Pustaka Panasea.