

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah kegiatan fisik yang terstruktur, direncanakan dan dikerjakan secara berulang-ulang dan memiliki tujuan untuk memperbaiki dan menjaga kesegaran serta kebugaran jasmani.¹ Ada banyak jenis olahraga yang cukup digemari diseluruh dunia, salah satunya adalah bulutangkis. Bulutangkis merupakan olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang pemain (tunggal) atau dua pasang orang pemain (ganda) yang saling berlawanan. Tujuan dari olahraga ini adalah memasukkan bola permainan (kok/*shuttlecock*) ke dalam bidang lawan yang sudah ditentukan dan mencegah lawan melakukan hal yang sama. Salah satu negara yang sangat berkembang dalam bidang bulutangkis adalah Indonesia. Organisasi yang mengatur kegiatan bulutangkis di Indonesia adalah Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI).

Dalam olahraga seringkali terjadi cedera. Cedera dalam bidang olahraga merupakan kerusakan dari struktur atau fungsi tubuh dikarenakan suatu paksaan atau tekanan fisik yang diakibatkan karena berolahraga.² Salah satu cedera yang seringkali terjadi dalam bidang olahraga bulutangkis adalah *sprain* pergelangan kaki. *Sprain* pergelangan kaki adalah robeknya *ligamentum* sebagian atau seluruhnya yang terjadi didaerah pergelangan kaki.³ Cedera ini sangat sering terjadi karena fungsi dari pergelangan kaki itu sendiri adalah sebagai penopang berat tubuh sehingga jika diberikan kompresi yang berlebih maka *sprain* pergelangan kaki dapat terjadi, bahkan kejadian ini dapat berulang secara terus menerus.²

Pada olahraga bulutangkis terdapat teknik yang seringkali dilakukan untuk memasukkan kok/*shuttlecock* ke dalam bidang lawan,

salah satunya yaitu *jumping smash*. Teknik ini sangat berguna sekali dalam memasukkan kok/*shuttlecock* ke bidang lawan, karena teknik ini menghasilkan pukulan keras sehingga lawan susah untuk mengembalikan kok/*shuttlecock* yang bergerak sangat cepat. Dalam melakukan teknik ini butuh keterampilan khusus karena teknik ini membutuhkan tenaga yang kuat dan teknik yang benar. Teknik yang diperhatikan dalam *jumping smash* bukan hanya dilihat dari pukulannya saja, salah satu hal yang sangat berpengaruh dalam menghasilkan teknik *jumping smash* yang baik dan benar adalah gaya melompat yang benar. Dalam melakukan sebuah lompatan seringkali terjadi cedera, khususnya pada pergelangan kaki baik sebelum maupun sesudah melompat. Hal ini terjadi dikarenakan ketika melompat seorang pemain membutuhkan tolakan yang kuat terhadap bidang tumpu untuk menghasilkan lompatan yang tinggi dan daya redam yang baik untuk mendarat dengan baik. Dalam melakukan lompatan inilah bagian pergelangan kaki akan mendapat kompresi yang berlebih sehingga akan meningkatkan risiko terjadinya *sprain* pergelangan kaki.²

Sprain yang terjadi pada pergelangan kaki juga dapat dipengaruhi dari bentuk *arcus pedis*. *Arcus pedis* adalah bangunan bersegmen yang dibangun dalam bentuk lengkungan.⁴ Apabila *arcus pedis* memiliki bentuk yang tidak sesuai, maka fungsi sebagai gaya pegas akan terganggu. Gaya pegas yang dapat berfungsi dengan baik akan membantu usaha dalam melakukan lompatan menjadi maksimal. Semakin tinggi lompatan yang dapat dicapai maka akan meningkatkan risiko terjadinya *sprain* pergelangan kaki dikarenakan kompresi yang berlebih.²

Menurut hasil penelitian *The Electronic Injury National Surveillance System (NEISS)* di Amerika, melaporkan bahwa *sprain* pergelangan kaki dipengaruhi usia, jenis kelamin, dan keterlibatan dalam berolahraga. Hasil dari penelitian tersebut adalah 58,3% cedera pergelangan kaki dihasilkan karena keterlibatan dari kegiatan atletik.⁵ Menurut Junaidi (2013), didapatkan hasil kejadian *sprain* pergelangan

kaki pada Poliklinik KONI Provinsi Jakarta tahun 2012 dengan populasi seluruh atlet Pelatda PON XVIII/2012 Provinsi DKI terjadi sebanyak 419 kasus yang merupakan 41,1% dari total kasus.⁶ Dari hasil yang ada pada penelitian-penelitian sebelumnya, kejadian sprain pergelangan kaki sering terjadi pada orang yang memiliki keterlibatan dalam berolahraga.

Dari jumlah kejadian *sprain* pergelangan kaki yang sering terjadi khususnya pada orang yang memiliki keterlibatan dalam berolahraga dan belum adanya informasi tentang faktor tingginya lompatan dan bentuk *arcus pedis* terhadap kejadian sprain pergelangan kaki pada atlet bulutangkis yang melakukan teknik *jumping smash*, maka peneliti tertarik mengangkat judul “Hubungan Tinggi Lompatan dan Bentuk *Arcus Pedis* dengan Kejadian *Sprain* Pergelangan Kaki pada Atlet Bulutangkis yang Melakukan *Jumping Smash*”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan tinggi lompatan dan bentuk *arcus pedis* dengan kejadian *sprain* pergelangan kakipada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui ada tidaknya hubungan tinggi lompatan dan bentuk *arcus pedis* dengan kejadian *sprain* pergelangan kakipada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tinggi lompatan pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.
- b. Mendeskripsikan bentuk *arcus pedis* pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.
- c. Mendeskripsikan angka kejadian *sprain* pergelangan kaki pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.

- d. Menganalisis hubungan tinggi lompatan dengan kejadian *sprain* pergelangan kaki pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.
- e. Menganalisis hubungan bentuk *arcus pedis* dengan kejadian *sprain* pergelangan kakipada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.
- f. Menganalisis hubungan tinggi lompatan dengan bentuk *arcus pedis* pada atlet bulutangkis yang melakukan *jumping smash*.

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul, Peneliti, Tahun	Metode	Hasil
1	Faktor Risiko Cedera Pergelangan Kaki pada Atlet Bulutangkis di Surabaya (Triyastika Kurnia Putri, 2014)	Jenis penelitian kuantitatif melalui pendekatan observasional dengan desain studi <i>cross sectional</i>	Ada hubungan antara faktor risiko dengan kejadian cedera pergelangan kaki pada atlet bulutangkis di Surabaya
2	Faktor risiko yang berhubungan dengan <i>sprain</i> pergelangan kaki pada pemain bola voli di Kota Semarang. (Maria Ulfa, 2014)	Jenis penelitian kuantitatif melalui pendekatan observasional dengan desain studi <i>cross sectional</i> .	Ada hubungan antara faktor risiko yaitu riwayat <i>sprain</i> pergelangan kaki sebelumnya, kurangnya pemanasan dan penggunaan <i>brace</i> dengan <i>sprain</i> pergelangan kaki.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan berguna dalam memberikan informasi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan “Hubungan Tinggi Lompatan dan Bentuk *Arcus Pedis* dengan Kejadian *Sprain* Pergelangan Kaki pada Atlet Bulutangkis yang Melakukan *Jumping Smash*”

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi atlet bulutangkis

Sebagai bahan informasi bagi atlet bulutangkis agar mengetahui tentang “Hubungan Tinggi Lompatan dan Bentuk

Arcus Pedis dengan Kejadian *Sprain* Pergelangan Kaki pada Atlet Bulutangkis yang Melakukan *Jumping Smash*”

b. Manfaat bagi institusi (Universitas Muhammadiyah Semarang)

Sebagai referensi kepustakaan ilmiah untuk penelitian lebih lanjut dan memberikan pengetahuan mengenai “Hubungan Tinggi Lompatan dan Bentuk *Arcus Pedis* dengan Kejadian *Sprain* Pergelangan Kaki pada Atlet Bulutangkis yang Melakukan *Jumping Smash*”

c. Manfaat bagi pembaca

Menambah ilmu pengetahuan di bidang kedokteran olahraga tentang “Hubungan Tinggi Lompatan dan Bentuk *Arcus Pedis* dengan Kejadian *Sprain* Pergelangan Kaki pada Atlet Bulutangkis yang Melakukan *Jumping Smash*”

d. Manfaat bagi penulis

Dari hasil mempelajari, meneliti, serta membandingkan teori-teori yang telah dipelajari dengan permasalahan yang ada, penulis dapat menambah ilmu pengetahuan dan memperluas wawasan.