



SURVEI JENIS GANGGUAN DAN KECELAKAAN FISIK PADA PEMBELAJARAN PENJASKES DI SEKOLAH

Ade Evriansyah Lubis¹
Agung Nugroho²
Ahmad Almunawar³
Muhammad Syaleh⁴

SekolahTinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna
Jl. Alumunium Raya No. 77, Tanjung Mulia, Medan - 20241
e-mail : lubisadee@gmail.com

Abstrak

Pada dasarnya, semua aktivitas manusia berpotensi menimbulkan gangguan dan kecelakaan fisik. Begitu juga dengan aktivitas fisik berupa kegiatan olahraga, dimana kegiatan olahraga yang dilakukan tentu sangat beragam karakteristiknya, baik dari segi pelaksanaan maupun dari segi manfaatnya. Hal ini tentu juga sangat erat kaitannya dengan karakteristik gangguan dan kecelakaan fisik yang kemungkinan akan terjadi. Mengingat pembelajaran penjaskes yang dilaksanakan di sekolah juga merupakan salah satu dari beberapa jenis kegiatan olahraga, tentu pembelajaran penjaskes juga tidak akan mungkin terhindar dari resiko gangguan dan kecelakaan fisik. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari angket tertutup yang disebar pada setiap perwakilan guru penjaskes di setiap sekolah, diperoleh data jenis gangguan dan kecelakaan fisik yang terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah, antara lain, 43% untuk jenis perdarahan, 27% untuk jenis cedera jaringan lunak, 18% untuk jenis dislokasi sendi, 7% untuk jenis patah tulang (fraktur), 5% untuk jenis tidak sadarkan diri, dan 0% untuk jenis luka bakar.

Kata kunci: *gangguan dan kecelakaan fisik, penjaskes, sekolah.*

Abstract

Basically, all human activities have the potential to cause physical disturbances and accidents. Likewise with physical activities in the form of sports activities, where sports activities carried out are of course very diverse in characteristics, both in terms of implementation and in terms of benefits. Of course, this is also closely related to the characteristics of physical disturbances and accidents that may occur. Considering that physical education learning carried out in schools is also one of several types of sports activities, of course physical education learning will also not be possible to avoid the risk of physical disturbances and accidents. Based on the results of data analysis obtained from a closed questionnaire distributed to each physical health teacher representative in each school, data were obtained on the types of physical disturbances and accidents that occurred during



the physical education learning process at school, including 43% for the type of bleeding, 27% for the type of injury soft tissue, 18% for the type of joint dislocation, 7% for the type of fracture (fracture), 5% for the unconscious type, and 0% for the type of burns.

Keywords: *physical distraction and accidents, physical health education, school.*

1. PENDAHULUAN

Pada dasarnya, semua aktivitas manusia berpotensi menimbulkan gangguan dan kecelakaan fisik. Semakin tinggi kualitas dan kuantitas aktivitas fisik yang dilakukan, maka akan semakin tinggi pula potensi terjadinya gangguan dan kecelakaan fisik tersebut. Aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari secara rutin dan berkesinambungan dapat memengaruhi situasi dan kondisi fisik manusia (individu), hal ini tentu sangat bergantung pada faktor internal maupun eksternal. Jika faktor internal sangat berkaitan erat dengan genetika, sedangkan faktor eksternal sangat berkaitan dengan lingkungan. Oleh karena itu, setiap manusia tentu akan memiliki keberagaman respon dan adaptasi terhadap aktivitas fisik yang dilakukannya.

Begitu juga dengan aktivitas fisik berupa kegiatan olahraga, dimana kegiatan olahraga yang dilakukan tentu sangat beragam karakteristiknya, baik dari segi pelaksanaan maupun dari segi manfaatnya. Hal ini tentu juga sangat erat kaitannya dengan karakteristik gangguan dan kecelakaan fisik yang kemungkinan akan terjadi. Namun, secara khusus, gangguan dan kecelakaan fisik pada saat melakukan kegiatan olahraga dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kecelakaan, kondisi fisik yang tidak fit (sakit), metode yang kurang baik, sarana-prasarana yang

tidak tepat, dan pelaksanaan *warming up* dan *cooling down* yang kurang memadai.

Gangguan dan kecelakaan fisik dapat terjadi pada berbagai jenis kegiatan olahraga. Namun, secara khusus, gangguan dan kecelakaan fisik pada aktivitas olahraga sering terjadi pada jenis olahraga dengan kontak fisik (*body contact*), seperti beladiri, rugby, sepakbola, dan lain sebagainya. Selain itu, gangguan dan kecelakaan fisik juga tidak jarang dapat terjadi pada jenis olahraga tanpa kontak fisik (*non-body contact*), seperti atletik, renang, bulutangkis, dan lain sebagainya.

Jika berbicara tentang kegiatan olahraga secara umum, tentu juga akan membahas tentang kegiatan olahraga di sekolah. Kegiatan olahraga di sekolah atau lazim disebut dengan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan atau disingkat dengan penjaskes. Pembelajaran penjaskes merupakan proses pembelajaran yang dilakukan melalui aktivitas yang berkaitan dengan bidang keolahragaan yang bertujuan untuk mendukung proses pembelajaran maupun pertumbuhan dan perkembangan aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif para peserta didik (siswa). Pembelajaran penjaskes mempunyai karakteristik yang agak berbeda dari pembelajaran mata pelajaran yang lain yang diselenggarakan di sekolah, karena pada pembelajaran penjaskes, para siswa dituntut untuk



melaksanakan aktivitas fisik yang lebih intensif, yang dominan dilaksanakan di luar ruang kelas, serta tidak jarang harus menggunakan fasilitas penunjang lainnya.

Pembelajaran penjaskes yang dilaksanakan di sekolah tentu memiliki karakteristik yang sangat beragam. Mengingat, pada ranah pendidikan formal, terdapat 3 (tiga) tingkatan (jenjang) yang terdiri dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Akhir (SMA). Ke-tiga jenjang pendidikan formal tersebut tentu memiliki persamaan dan perbedaan dalam pelaksanaannya. Adapun letak persamaannya berkaitan dengan komposisi materi yang dipelajari, sedangkan letak perbedaannya berkaitan dengan kedalaman pembahasan materi yang dipelajari di sekolah.

Mengingat pembelajaran penjaskes yang dilaksanakan di sekolah juga merupakan salah satu dari beberapa jenis kegiatan olahraga, tentu pembelajaran penjaskes juga tidak akan mungkin terhindar dari resiko gangguan dan kecelakaan fisik. Adapun resiko gangguan dan kecelakaan fisik yang terjadi pada saat pembelajaran penjaskes di sekolah tentu sangat beragam karakteristiknya, bergantung pada waktu dan tempat terjadinya gangguan dan kecelakaan fisik tersebut. Gangguan dan kecelakaan fisik yang terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah sebagian besar terjadi akibat faktor lingkungan yang kurang mendukung, misalnya situasi dan kondisi lapangan yang terlalu kering ataupun terlalu basah. Selain itu, terjadinya gangguan dan kecelakaan fisik yang

dialami oleh para siswa selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah juga dipengaruhi oleh kesiapan fisik para siswa yang belum memenuhi derajat (level) kesehatan agar dapat dikatakan layak untuk melakukan aktivitas fisik dalam proses pembelajaran penjaskes di sekolah.

Jika berbicara mengenai gangguan dan kecelakaan fisik yang mungkin saja dialami oleh para siswa selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah, tentu tak akan terlepas dari penanggung jawab kegiatan selama proses pembelajaran penjaskes berlangsung. Adapun penanggung jawab, dalam hal ini yakni guru penjaskes, tentu sangat memegang peranan yang vital (krusial), mengingat gangguan dan kecelakaan fisik yang dialami oleh para siswa dapat mengakibatkan kemungkinan terburuk, baik kecacatan dan bahkan kematian.

Oleh karena itu, agar proses pembelajaran penjaskes dapat terlaksana dengan baik, tentu dibutuhkan suatu langkah untuk memperoleh informasi yang nantinya dibutuhkan untuk proses pengambilan keputusan strategis berikutnya. Hal ini dilakukan karena dalam proses pembelajaran di sekolah, termasuk pembelajaran penjaskes haruslah mampu mendukung perkembangan aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif dari para siswa yang pada akhirnya juga akan memberikan kontribusi yang signifikan bagi mata pelajaran lainnya yang ada dalam kurikulum pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, perlu dilakukan identifikasi masalah yang paling tepat untuk ditelusuri lebih lanjut. Adapun



identifikasi masalah tersebut yaitu secara khusus belum adanya suatu produk (model) yang dirancang untuk memudahkan guru penjaskes dalam menangani berbagai jenis gangguan dan kecelakaan fisik yang lazim terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah. Oleh karena itu, sebagai langkah awal, sangat perlu dilakukan terlebih dahulu penelitian untuk mengetahui jenis gangguan dan kecelakaan fisik yang lazim terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah.

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, diperoleh rumusan masalah yaitu perlunya dilakukan penelitian untuk mengetahui jenis gangguan dan kecelakaan fisik yang lazim terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah.

Adapun tujuan pelaksanaan penelitian ini, antara lain untuk mengetahui berbagai jenis gangguan dan kecelakaan fisik yang lazim terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah. Selain itu, nantinya hasil penelitian ini akan dikembangkan menjadi suatu penelitian yang dilakukan untuk merancang suatu produk (model) penanganan gangguan dan kecelakaan fisik yang lazim terjadi selama pembelajaran penjaskes di sekolah.

2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan subjek

atau objek dalam penelitian yang dapat berupa individu, masyarakat, lembaga, dan yang lain sebagainya, yang ada pada saat sekarang (terkini) berdasarkan fakta-fakta yang tampak (apa adanya).

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Metode survei merupakan metode yang dilakukan dengan proses penyelidikan untuk memperoleh fakta dari gejala-gejala yang ada, dan mencari berbagai keterangan secara faktual, baik tentang suatu kelompok maupun suatu wilayah, dan lain sebagainya.

Teknik sampling adalah cara untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan memperhatikan karakteristik dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif. Adapun teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yakni total sampling. Total sampling (sampling jenuh) merupakan teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah seluruh perwakilan guru penjaskes di Kecamatan Medan Deli Kotamadya Medan yang berjumlah 99 orang.

Instrumen penelitian adalah alat atau media yang digunakan sebagai metode pengumpulan data yang disajikan oleh peneliti yang ditujukan kepada narasumber atau responden yang terdiri dari beberapa sampel dalam suatu populasi penelitian. Adapun instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang sudah disajikan pilihan



jawabannya oleh peneliti sehingga responden hanya perlu menjawab beberapa pilihan jawaban yang sudah disajikan oleh peneliti.

3. HASIL & PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada seluruh jenjang pendidikan formal yang berada di wilayah Kecamatan Medan Deli Kotamadya Medan Provinsi Sumatera Utara yang berjumlah 99 Sekolah. Penelitian ini dilakukan selama masa pembelajaran semester ganjil Tahun Ajaran 2020-2021. Adapun subjek pada penelitian ini adalah guru penjaskes dari seluruh perwakilan sekolah formal yang berada di wilayah Kecamatan Medan Deli Kotamadya Medan yang berjumlah 99 orang.

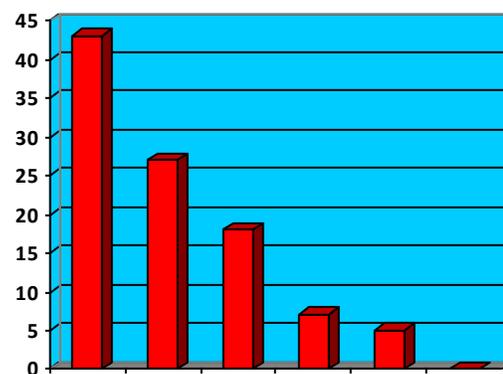
Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari angket tertutup yang disebar-luaskan pada setiap perwakilan guru penjaskes di setiap sekolah, diperoleh data jenis gangguan dan kecelakaan fisik yang terjadi selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah, antara lain, 43% untuk jenis perdarahan, 27% untuk jenis cedera jaringan lunak, 18% untuk jenis dislokasi sendi, 7% untuk jenis patah tulang (fraktur), 5% untuk jenis tidak sadarkan diri, dan 0% untuk jenis luka bakar.

Adapun deskripsi mengenai data tersebut dituangkan dalam bentuk tabel berikut ini:

Tabel: Persentase Jenis Gangguan & Kecelakaan Fisik

NO.	JENIS	PRESENTASE
1	Perdarahan	43%
2	Cedera Jaringan Lunak	27%
3	Dislokasi Sendi	18%
4	Patah Tulang (Fraktur)	7%
5	Tidak Sadarkan Diri	5%
6	Luka Bakar	0%

Dari penjabaran melalui tabel tersebut juga diperoleh gambaran mengenai hasil penelitian melalui histogram berikut ini:



Gambar 1: Histogram Jenis Gangguan & Kecelakaan Fisik



4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal penting, antara lain:

1. Jenis kecelakaan fisik selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah dengan presentase tertinggi yaitu jenis perdarahan (43%).
2. Jenis kecelakaan fisik selama proses pembelajaran penjaskes di sekolah dengan presentase terendah yaitu jenis luka bakar (0%).
3. Adapun jenis gangguan fisik dengan presentase tertinggi dan menjadi satu-satunya jenis gangguan fisik yang lazim terjadi selama pembelajaran penjaskes di sekolah yaitu jenis gangguan fisik tidak sadarkan diri (5%).

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adi, BS. (2012). Pemahaman Guru tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan. Universitas Negeri Yogyakarta: Didaktika. Vol. 3 No.1 (88-101)
- Chai, S., dkk. (2015). Pengembangan Aplikasi Mobile Learning untuk Pertolongan Pertama. Surya University: Teknika. Vol. 4 No.1 (29-37)
- Disque, Karl. (2016). Basic Life Support: Provider Handbook. Las Vegas: Satori Continuum Publishing.
- Furst, John. (2018). The Complete First Aid: Pocket Guide. New York: Adams Media.
- Meikahani, R., dkk. (2015). Pengembangan Buku Saku

Pengenalan Pertolongan & Perawatan Cedera Olahraga untuk Siswa SMP. Universitas Negeri Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol. 11 No. 1 (15-22)

Sumardiono, W. (2014). Kompetensi Guru UKS dalam Memberikan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K). Politeknik Kesehatan Surakarta: Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan. Vol. 3 No. 1 (80-87)

Wulandari, NA. (2016). Pengetahuan Siswa SMA tentang Bantuan Hidup Dasar. STIKES Patria Husada Blitar: Jurnal Ners & Kebidanan. Vol. 3 No. 2 (170-174).