

**PENGARUH PELATIHAN BALUT BIDAI TERHADAP TINGKAT
KETERAMPILAN ATLET TAEKWONDO KARANGANYAR**

**Fibrato Hafidulloh¹⁾, Sahuri teguh Kurniawan, S.Kep.,Ns.,M.Kep²⁾, Ns. Gatot
Suparmanto,M.Sc³⁾**

¹⁾Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
Fibratohafidulloh@gmail.com

^{2,3)}Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
s_sahuri@yahoo.com
masgat@yahoo.co.id

ABSTRAK

Taekwondo merupakan seni beladiri yang berasal dari Korea untuk melatih kemampuan bertarung. Cedera yang paling sering dialami oleh atlet Taekwondo antara lain cedera pada lengan tangan (40,8%) dan cedera pada kaki (57,1%). Balut bidai adalah suatu cara pertolongan pertama pada cedera sistem muskuloskeletal untuk mengistirahatkan bagian tubuh yang cedera dengan menggunakan suatu alat. Pertolongan balut bidai dapat dilakukan oleh semua orang yang terlatih. Keterampilan balut bidai bisa diajarkan kepada siapapun, terutama Atlet Taekwondo melalui sebuah pelatihan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pelatihan balut bidai terhadap perubahan tingkat keterampilan Atlet Taekwondo Karanganyar.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasy — experiment pre and post test without control group*. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* sejumlah 28 responden. Analisis data untuk mengetahui pengaruh pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan adalah dengan *Uji Wilcoxon*.

Hasil *pretest* balut mayoritas dikategori kurang yaitu, 25 responden (89,3%) dan bidai 26 responden (92,9%). Peningkatan Nilai *posttest* balut setelah diberikan pelatihan mayoritas pada kategori cukup terampil yaitu 22 responden (78,6%) dan pada bidai mayoritas juga pada kategori cukup dengan jumlah 23 responden (82,1%).

Kesimpulan dari penelitian ini ada pengaruh pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan Atlet Taekwondo Karanganyar. Karena hasil analisis *Uji Wilcoxon* menunjukkan nilai *p value* (0,000) < 0,05

Kata Kunci : *Balut Bidai, Keterampilan, Pelatihan, Simulasi*
Daftar Pustaka : 50 (2010-2020)

**THE EFFECT OF BACKGROUND TRAINING ON THE SKILL OF
TAEKWONDO KARANGANYAR ATHLETES**

**Fibrato Hafidulloh¹⁾, Sahuri teguh Kurniawan, S.Kep.,Ns.,M.Kep²⁾, Ns. Gatot
Suparmanto,M.Sc³⁾**

¹⁾*Student of Nursing Study Program Of Undergraduate Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta*
Fibratohafidulloh@gmail.com

^{2),3)}*Lecturer of Nursing Study Program, University of Kusuma Husada Surakarta*
s_sahuri@yahoo.com
masgat@yahoo.co.id

ABSTRACT

Taekwondo is a martial art originating from Korea which aimed to train fighting skills. The most common injuries experienced by Taekwondo athletes include injuries on the arms (40.8%) and injuries on the legs (57.1%). Splint dressing is a first aid method for musculoskeletal system injuries to rest the injured body part using a tool. Splint dressing can be performed by anyone who is trained. Splint dressing skills can be taught to anyone, especially Taekwondo athletes through training. This study aims to indicate the effect of splint dressing training toward changes on the skill level of Taekwondo Athletes in Karanganyar.

This study applies a quantitative study with a quasi-experimental pre- and post-test design without a control group. Sampling technique applies a total sampling of 28 respondents. Data analysis used to determine the effect of splint dressing training toward the skill level is the Wilcoxon test.

The majority of the pretest results are categorized as poor, namely, 25 respondents (89.3%) on dressing and 26 respondents (92.9%) on splint. The increase in the results of the posttest on dressing after being given training, the majority are in the moderate skill category, namely 22 respondents (78.6%). And on the splint, the majority are also in the moderate category with a total of 23 respondents (82.1%).

The conclusion of this study is that there is an effect of splint dressing training toward the skill level of Taekwondo Athletes in Karanganyar. Because the result of the Wilcoxon test analysis indicates the p value (0.000) < 0.05.

Keywords: Splint Dressing, Skills, Training, Simulation
Bibliography : 50 (2010-2020)

PENDAHULUAN

Taekwondo adalah olahraga beladiri moderen yang berakar pada beladiri tradisional Korea. Taekwondo terdiri dari tiga kata dasar, yaitu: Tae berarti kaki untuk menghancurkan dengan teknik tendangan, Kwon berarti tangan untuk menghantam dan mempertahankan diri dengan teknik tangan, serta Do yang berarti seni atau cara mendisiplinkan diri. Maka jika diartikan secara sederhana, Taekwondo berarti seni atau cara mendisiplinkan diri atau seni bela diri yang menggunakan teknik kaki dan tangan kosong. (Rarasti & Heri, 2019)

Olahraga beladiri taekwondo merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan di tingkat regional, nasional, maupun Internasional seperti di daerah, Pekan Olahraga Nasional (PON), pekan olahraga wilayah Asia Tenggara (*Sea Games*), *Asian Games*, Serta Kejaraan Dunia. Adapun organisasi yang mewadahi taekwondo seluruh dunia adalah World Taekwondo Federation (WTF). Di Indonesia bernama PBTI (Pengurus Besar Taekwondo Indonesia). (Pariyadi, 2017)

Sejak tahun 1950 Taekwondo bertransformasi menjadi olahraga modern di seluruh dunia, perkembangan olahraga Taekwondo terhitung sangat pesat. Pada tahun 2005 tercatat 165 negara anggota dan pada tahun 2016 terdapat 206 negara anggota yang tersebar pada lima benua di dunia. (Harmoni et al., 2016) Perkembangan Taekwondo yang pesat juga terjadi di Kota Semarang. Pada tahun 2009 tercatat sejumlah 106 *Dojang*, 2011 sejumlah 117 *Dojang*, dan tahun 2015 sejumlah 145 *Dojang*. (Wasisto et al., 2017)

Peningkatan jumlah *Dojang* Taekwondo juga berdampak pada bertambahnya jumlah siswa dan Atlet. Meskipun beresiko terjadi cedera, tetapi tidak menurunkan minat dari calon siswa. Cedera yang sering dialami oleh

Atlet taekwondo adalah pada tubuh bagian bawah, yaitu ada 66 kasus cedera (71.74%) dari 92 jumlah kasus cedera, (Ardiyansyah et al., 2017).

Dalam (Islamia, 2018) cedera yang terjadi pada olah raga beladiri taekwondo memiliki presentase besar yaitu sebanyak 59%. Cedera yang dialami oleh atlet antara lain terkilir pada leher (26 %), cidera pada alat kelamin (18,4%), cidera pada lengan tangan (40,8%), cidera pada kaki (57,1%), dan cidera pada badan (24,5%). Cedera adalah sesuatu kerusakan pada struktur atau fungsi tubuh yang dikarenakan suatu paksaan atau tekanan fisik maupun kimiawi (Risksedas, 2017.)

Pertolongan pertama pada Atlet Taekwondo yang mengalami cedera adalah dengan menggunakan balut bidai. Balut bidai adalah tindakan dan upaya untuk mengistirahatkan bagian yang cedera. Pembidaian adalah suatu cara pertolongan pertama pada cedera muskuloskeletal untuk mengistirahatkan (imobilisasi) bagian tubuh yang mengalami cedera dengan menggunakan suatu alat. Pembidaian dapat menyangga atau menahan bagian tubuh agar tidak bergeser atau berubah dari posisi yang dikehendak sehingga menghindari bagian tubuh agar tidak bergeser dari tempatnya dan mengurangi rasa nyeri. (Smeltzer, 2002 dalam Fakhurrizal, 2015)

Pertolongan balut bidai dapat dilakukan oleh semua orang yang terlatih., baik terlatih karena pernah mengikuti pendidikan di sekolah atau kuliah maupun pelatihan. Pendidikan kesehatan/pelatihan merupakan usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok, dan masyarakat dalam meningkatkan kemampuan baik keterampilan, sikap, maupun keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal, bahkan dengan mewajibkan semua mahasiswa mendapatkan pendidikan pertolongan pertama di perguruan tinggi, maka kita

dapat memastikan bahwa generasi yang akan datang, tiap orang di tempat kecelakaan atau pada penyakit akut akan lebih sanggup menyelamatkan nyawa dan ekstremitas yang cedera sampai tiba bantuan yang profesional (Listiana & Silviani, 2020).

Berdasarkan analisa teori diatas peneliti tertarik mengambil penelitian bertemakan Kegawatdaruratan yaitu, tentang pemberian pelatihan balut bidai, dan mengukur tingkat keterampilan dalam melakukan tindakan balut bidai tersebut, dikarenakan peneliti berharap bisa membantu para atlit supaya memiliki bekal dalam penanganan cedera terutama pada cedera sistem muskuloskeletal. Sehingga ditemukan variabel judul "Pengaruh pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan atlit taekwondo di Karanganyar".

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada hari Jumat, 4 Desember 2020, jam 15.30 WIB didapati hasil, ada 30 siswa Taekwondo di Tempat latihan Balai RW Bayanan, Matesih Karanganyar. Dari 30 siswa Taekwondo, belum pernah diberikan pelatihan balut bidai. Saat terjadi cedera ringan, penanganannya hanya diistirahatkan, jika parah akan dibawa ke puskesmas terdekat. Dari 15 wawancara 12 orang diantaranya pernah mendengar tentang balut bidai, dan 5 orang pernah melihat pembalutan dan pembidaian. Hanya 6 orang yang mengerti tentang pengertian balut bidai, mayoritas menjawab balut bidai adalah penanganan pertama pada cedera tangan dan kaki. Meskipun *Pandemic Covid-19*, mereka tetap berlatih dengan tetap mematuhi protokol kesehatan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan Balut bidai terhadap peningkatan keterampilan pada atlit Taekwondo di Karanganyar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Pemusatan atlit taekwondo karanganyar

pada tanggal 2 – 4 Juni 2021. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *quasy – experiment pre and post test without control group*. Pegambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik *total sampling* dengan jumlah 28 responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi SOP (*Standart Operating Procedure*) balut bidai yang telah diuji pakarkan pada *Expert* dibidangnya. Penilaian keterampilan balut bidai dengan kategori terampil (90-100) cukup terampil (61-89) dan kurang terampil (0-60). Analisa pengaruh pelatihan balut bidai terhadap peningkatan keterampilan Atlit Taekwondo Karanganyar ini menggunakan *uji wilcoxon*.

Uji etik pada penelitian ini dilakukan di Universitas Kusuma Husada Surakarta

No.055/UKH.L.02/EC/IV/2021

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapat pada penelitian ini adalah :

1. Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	7	25
Perempuan	21	75
Total	28	100,0

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden penelitian berdasarkan jenis kelamin menunjukkan pada perempuan berjumlah 21 responden (75%) sedangkan laki-laki berjumlah 7 responden (25%) Jenis kelamin (*sex*) digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan laki-laki dan perempuan dari segi anatomi biologis, sedang gender lebih banyak berkonsentrasi kepada aspek sosial, budaya, dan aspek aspek nonbiologis lainnya. Kalau studi seks

lebih menekankan kepada perkembangan aspek biologis dan komposisi kimia dalam tubuh seorang laki-laki dan seorang perempuan, maka studi gender lebih menekankan kepada perkembangan aspek maskulinitas dan feminitas seseorang (Leininger, 1990 dalam Suhardin, 2016)

Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

	Mean	Median	Min	Max	Mode
Usia	16,6	17	13	20	17

Berdasarkan tabel 2 karakteristik responden penelitian berdasarkan usia menunjukkan, rata-rata (mean) kategori usia responden yang mengikuti pelatihan ini adalah 16,6 tahun. Kategori usia paling rendah (min) adalah 13 tahun dan paling tinggi (max) 20 tahun. Sementara kategori usia yang paling banyak (mode) adalah usia 17 tahun.

Menurut (Depkes 2009 dalam, Amin & Juniati, 2017) Umur manusia dapat dibagi menjadi beberapa rentang atau kelompok dimana masing-masing kelompok menggambarkan tahap pertumbuhan manusia tersebut, usia 12-25 tahun merupakan kelompok remaja. Dapat disimpulkan bahwasanya responden dalam penelitian ini adalah kelompok remaja, baik remaja awal, pertengahan, maupun remaja akhir. Mayoritas usia remaja dalam penelitian ini adalah 17 tahun. Menandakan jumlah kelompok terbanyak di remaja pertengahan.

Tabel 3 Pretest Tingkat Keterampilan Balut Bidai Atlit Taekwondo

Kategori Keterampilan	Balut	
	Frekuensi	Persentase
Terampil	0	0
Cukup terampil	3	10,7%
Kurang terampil	25	89,3%
Total	28	100%

Kategori Keterampilan	Bidai	
	Frekuensi	Persentase
Terampil	0	0
Cukup terampil	2	7,1%
Kurang terampil	26	92,9%
Total	28	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat digambarkan bahwa tingkat keterampilan Balut Atlit Taekwondo dengan kategori cukup berjumlah 3 responden (10,7%) dan kategori kurang berjumlah 25 responden (89,3%). Sedangkan pada *Pretest* Bidai, dapat gambarkan bahwa 26 responden (92,9%) dengan kategori kurang dan 2 responden (7,1%) kategori Cukup. Hal ini memiliki kesamaan pada penelitian yang dilakukan oleh (Listiana & Silviani, 2020) yang berjudul pelatihan balut bidai terhadap keterampilan pada mahasiswa/i keperawatan. *Pretest* keterampilan ini didapati hasil bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat keterampilan kurang yaitu sebanyak 79 (62,7%) responden.

Tabel 4 *Posttest* Tingkat Keterampilan Balut Bidai Atlit Taekwondo

Kategori Keterampilan	Balut	
	Frekuensi	Persentase
Terampil	3	10,7%
Cukup terampil	22	78,6%
Kurang terampil	3	10,7%
Total	28	100%

Kategori Keterampilan	Bidai	
	Frekuensi	Persentase
Terampil	2	7,1%
Cukup terampil	23	82,1%
Kurang terampil	3	10,7%
Total	28	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat digambarkan bahwa tingkat keterampilan balut Atlit Taekwondo setelah diberikan pelatihan, dengan kategori cukup berjumlah 22 responden (78,6%), kategori kurang berjumlah 3 responden (10,7%) dan kategori terampil sejumlah 3 responden (10,7%). Sedangkan pada *Posttest* Bidai, dapat gambarkan kategori kurang sejumlah 3 responden (10,7%), kategori cukup sejumlah 23 responden (82,1%), sedangkan pada kategori terampil sejumlah 2 responden (7,1%) Hal ini sejalan dengan (Dwi Pentiyati Aryuna & Oktarina, 2015) 20 orang (60,6%) ketrampilan sesudah perlakuan baik, 8 orang (24,2%) ketrampilan sesudah perlakuan cukup, 5 orang (15,2%) ketrampilan sesudah perlakuan kurang.

2. Analisa Bivariat

Tabel 5 Uji wilcoxon pada nilai *pre and posttest* balut bidai

Variabel		N	Std, Deviation	P value
Balut	<i>Pretest</i>	28	8,1	0,000
	<i>Posttest</i>	28	10,4	
Bidai	<i>Pretest</i>	28	7,8	0,000
	<i>Posttest</i>	28	10,1	

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada *pre and posttest* tingkat keterampilan balut bidai Atlit Taekwondo menunjukkan nilai *min p value* sebesar $(0,000) < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan Atlit Taekwondo Karanganyar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Dwi Pentiyati Aryuna & Oktarina, 2015) yang menyatakan bahwa, peningkatan keterampilan ini sesungguhnya tidak lepas dari pemberian pelatihan. Pelatihan diberikan dengan cara melakukan praktik langsung dengan menggunakan alat peraga. Metode dengan praktik

menerapkan dan menyesuaikan teori dengan kondisi yang sesungguhnya. Sehingga dengan metode pelatihan itu tingkat keterampilan menunjukkan adanya perubahan sesudah diberikan pelatihan. Menurut pendapat peneliti yang dilandasi dengan hasil analisa tersebut dapat disimpulkan bahwa pelatihan balut bidai yang diberikan cukup efektif dalam meningkatkan tingkat keterampilan balut bidai. Hasil nilai sesudah diberikan pelatihan juga meningkat, meskipun mayoritas berada pada kategori cukup. Keterampilan sendiri merupakan aplikasi dari keterampilan sehingga tingkat keterampilan seseorang berkaitan dengan tingkat keterampilan, dan keterampilan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, umur, pengalaman, motivasi, dan keahlian (Warouw, 2018)

Hasil dari teori penelitian terdahulu tersebut maka beberapa faktor dapat mempengaruhi nilai dari masing-masing individu, karena peneliti berfokus pada intervensi dan aplikasi tindakan saja, maka faktor-faktor yang berpengaruh tingkat keterampilan tersebut tidak diukur. Mengingat, poin yang diberikan adalah edukasi pelatihan pada Atlit yang minim edukasi tentang penanganan cedera muskuloskeletal, bukan apa saja yang melatarbelakangi nilai keterampilan. Tetapi faktor-faktor penentu hasil nilai keterampilan tersebut tetap menjadi dasar buah berfikir serta referensi peneliti terhadap pelatihan balut bidai yang dilakukan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelian ini menunjukkan ada pengaruh tentang pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan Atlit Taekwondo Karanganyar. Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi responden dalam menangani kasus cedera muskuloskeletal yang terjadi dilapangan. Penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi untuk peneliti

selanjutnya dengan metode audio visual serta menambahkan variabel pengetahuan dan bisa menggunakan kelompok kontrol. Sehingga hasil yang didapatkan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M. Al, & Juniati, D. (2017). *Klasifikasi Kelompok Umur Manusia. Mathunesa*, 2(6), 34.
- Ardiyansyah, A., Purba, R. H., & Setiakarnawijaya, Y. (2017). *Perbandingan Cedera Olahraga Pada Atlet Beladiri Taekwondo Dan Beladiri Judo Selama Berada Di Pusat Pelatihan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Ragunan. Jurnal Segar*, 2(1), 46–63.
- Dwi Pentiyati Aryuna, W., & Oktarina. (2015). *Pengaruh Pelatihan Balut Bidai Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Siswa Di SMA N 4 Kota Bengkulu*. 3(Balut Bidai, Pelatihan, Pengetahuan Dan Keterampilan).
- Fakhrurrizal, A. (2015). *Pengaruh Pembidaian Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pada Pasien Fraktur Tertutup Di Ruang Igd Rumah Sakitumum Daerah A.M Parikesit Tenggarong. Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53 (November), 1689–1699.
- Harmoni, F., Laksono, B., & Kumaidah, E. (2016). *Hubungan Latihan Taekwondo Terhadap Atensi Pada Usia Remaja Yang Diukur Dengan Attention Network Test. Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 817–826.
- Islamia, A. Nuzulia. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Latihan Siap (Drill) Terhadap Perilaku Penanganan Cedera Olahraga Pada Atlet Beladiri Ukm Universitas Airlangga. Universitas Airlangga Surabaya*.
- Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)(2017) / *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. (N.D.). Retrieved September 22, 2021.
- Listiana, D., & Silviani, Y. E. (2020). *Pelatihan Balut Bidai Terhadap Keterampilan Pada Mahasiswa/I Keperawatan. Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 265–273.
- Periyadi, A. (2017). *Revolusi Mental Mewujudkan Tenaga Pendidikan Yang Profesional Dalam Menyiapkan Generasi Emas Indonesia. In Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*.
- Rarasti, A., & Heri, Z. (2019). *Pengembangan Alat Bantu Latihan Samsak Berbasis Traffic Light Terhadap Kecepatan Reaksi Tendangan Pada Atlet Taekwondo. Jurnal Prestasi*, 3(6), 100.
- Suhardin, S. (2016). *Pengaruh Perbedaan Jenis Kelamin Dan Pengetahuan Tentang Konsep Dasar Ekologi Terhadap Kepedulian Lingkungan. EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Dan Keagamaan*, 14(1), 117–132.
- Warouw, J. A. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dan Simulasi Terhadap Pengetahuan Tentang Balut Bidai Pertolongan Pertama Fraktur Tulang Panjang Pada Siswa Kelas X Smk Negeri 6 Manado. Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Wasisto, H. B., Laksono, B., & Kumaidah, E. (2017). *Perbandingan Kekuatan Otot Tungkai Pada Atlet Usia Remaja Cabang Olahraga Taekwondo Nomor Poomsae Dan Kyorugi Di Kota Semarang*. 6(2), 603–610.