

**PENGARUH PELATIHAN BALUT BIDAI DENGAN METODE SIMULASI
TERHADAP TINGKAT KETERAMPILAN ATLET JUDO DI SURAKARTA**

Mega Rosalita¹⁾, Sahuri Teguh Kurniawan²⁾, Wahyuningsih safitri³⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 2) Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
me garosalita123@gmail.com

ABSTRAK

Judo merupakan salah satu seni beladiri yang berasal dari Jepang yang melibatkan kontak fisik untuk menguasai lawan. Atlet judo sering mengalami cedera, salah satunya cedera pada system musculoskeletal, untuk persentasenya 30% - 85%. Pertolongan pertama yang dapat dilakukan ketika seorang atlet cedera salah satunya dengan balut bidai, dimana balut bidai adalah tindakan menfiksasi bagian tubuh yang mengalami cedera. Balut bidai dapat dilakukan oleh seseorang yang sudah terlatih mengenai tindakan balut bidai. Salah satu cara seseorang bisa melakukan adalah dengan meningkatkan keterampilan tentang balut bidai.

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperimen* dengan pendekatan *one group pre-test post test design*. Populasi pada penelitian ini 35 responden. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan total sampel dalam penelitian ini 20 responden yang diperoleh dengan teknik menggunakan total sampling. Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi balut bidai ekstremitas. Analisis data dengan menggunakan *Uji Wilcoxon*.

Hasil Uji Wilcoxon antara tingkat keterampilan pada atlet judo menunjukkan nilai p-value 0,000 atau 0,05. Ha tersebut menunjukkan ada pengaruh terhadap tingkat keterampilan pada atlet judo di Surakarta

Terdapat ada pengaruh mengenai pelatihan balut bidai dengan metode simulasi terhadap tingkat keterampilan Atlet Judo Surakarta dengan nilai p value $(0,000) < 0,05$. Ha tersebut menunjukkan ada pengaruh terhadap tingkat keterampilan pada atlet judo di Surakarta

Kata kunci : Balut Bidai, Simulasi, Tingkat Keterampilan

NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2023

***The Effect Of Simulation-Based Training On Splinting Skills In Judo Athletes
In Surakarta***

Mega Rosalita¹⁾, Sahuri Teguh Kurniawan²⁾, Wahyuningsih safitri³⁾

*¹⁾ Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of
Kusuma Husada Surakarta*

*²⁾ Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of
Kusuma Husada Surakarta
megarosalita123@gmail.com*

Abstract

Judo is an original martial art from Japan that involves physical contact to control opponents. Judo athletes often experience injuries, including musculoskeletal injuries, with a prevalence ranging from 30% to 85%. One of the first-aid measures for the injured is splinting, which involves immobilizing the injured body part. Splinting could be performed by trained individuals in splinting techniques. One method to enhance an individual's ability to perform splinting is simulation-based training.

The research used a quantitative approach with a quasi-experimental design, specifically a one-group pre-test and post-test design. The population consisted of 35 respondents, and the total sampling employed 20 sample respondents. The research instrument utilized an observation sheet for extremity splinting. Data analysis operated the Wilcoxon test.

The Wilcoxon test results for the level of splinting skills in judo athletes obtained a p-value of $0.000 < 0.05$. The findings supported the alternative hypothesis (H_a). There was an effect of simulation-based training on the splinting skills of judo athletes in Surakarta.

Keywords: Splinting, Simulation, Skill Level

PENDAHULUAN

Judo merupakan salah satu olahraga yang berasal dari Jepang dan cabang olahraga yang melibatkan kontak fisik, dimana atlet judo harus menguasai lawan atau menjatuhkan lawan. Atlet yang mengikuti olahraga judo dinamakan Judoka. Lamanya pertandingan seorang atlet judo harus bisa mempertahankan diri dan berusaha untuk mengalahkan lawannya dari waktu yang sudah ditentukan. Sehingga atlet harus memiliki tingkat kebugaran jasmani seperti energi yang baik, kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi dan kelenturan yang diaplikasikan untuk mengalahkan lawan dalam pertandingan. (Ratnasari, 2018)

Persatuan Judo Seluruh Indonesia (PJSI) merupakan persatuan organisasi judo di Indonesia yang mengelola secara nasional maupun internasional. Judo di Indonesia sudah memperoleh berbagai prestasi baik tingkat ASEAN, ASIA, maupun olimpiade (Paramita et al., 2021). Surat Keputusan Menteri Pemuda dan Olahraga (Mempora) nomor 72 tahun 2018 telah menetapkan tuan rumah acara Pekan Olahraga Pelajar Nasional (POPNAS) ke 15 akan dilaksanakan di Provinsi Jakarta (Guntoro et al., 2020)

Olahraga judo dalam acara PON tahun 2016 berhasil meraih prestasi berupa 2 medali emas, 1 perak, dan 3 perunggu. Tahun 2020 ada 12 atlet Jawa Tengah yang akan mengikuti pertandingan PON yang diadakan di Papua, para atlet perlu melakukan persiapan yang matang baik secara Teknik maupun fisik agar sukses mengikuti pertandingan tersebut. (Theresia, 2020). Dalam acara SEA Games 2021, pejudo bernama Anny Pandini mengalami dislokasi ibu jari. Selain itu, dalam pertandingan di kelas 73 kilogram di Vietnam, pejudo bernama Ikhsan Apriyadi juga mengalami cedera pada punggung.

Atlit merupakan pelaku kegiatan yang tidak terlepas dari kemungkinan mengalami cedera. Menurut Tayebali ada 50 atlet yang merasakan nyeri kronis bagian punggung pada sistem musculoskeletal yang disebabkan oleh infeksi, peradangan maupun patah tulang. Prevalensinya 40%-60% untuk umum, 30%-85% untuk atlet (Tayebali et al., 2019). Sedangkan menurut Setiawan (2018) juga menyatakan ada 50 atlet yang mengalami cedera. Ada 16 atlet mengalami cedera sprain, 4 atlet mengalami dislokasi, 6 atlet mengalami luka lecer, 10 atlet mengalami perdarahan, 16 atlet mengalami cedera hematoma. (Setiawan et al., 2018).

Atlit yang mengalami cedera biasanya tidak langsung mendapatkan pertolongan dari tenaga medis dikarenakan pelayanan kesehatan yang sulit dijangkau. Dan jika tidak segera mendapatkan penanganan yang cepat dan tepat maka akan berakibat fatal untuk atlet (Bahrudin, 2014). Menurut Theresia (2021) menjelaskan bahwa pertolongan pertama yang diberikan kepada atlet yang mengalami cedera adalah bentuk pertolongan sementara yang dapat dilakukan sebelum mendapatkan penanganan medis. Tindakan pertolongan pertama tersebut harus dilakukan oleh orang yang kompeten dalam menangani cedera yang terjadi pada atlet. Sehingga keterampilan atlet perlu ditingkatkan untuk menangani cedera yang sering terjadi pada seorang atlet. Salah satu tindakan pertolongan pertama yang dapat dilakukan adalah dengan balut bidai yang akan dilakukan oleh seorang yang ahli dalam bidang tersebut (Theresia 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Gorong Toraja didapatkan 35 atlet judo, dimana ada 15 atlet yang mengalami disabilitas dan ada 20 atlet yang tidak mengalami disabilitas. Dari 11 atlet yang diwawancarai ada 9 orang yang pernah mendengar tentang balut bidai, dan ada

4 atlet yang pernah melihat pembidaian, serta ada 5 atlet yang mengerti tentang balut bidai, dari 5 atlet tersebut menjawab balut bidai adalah tindakan yang diberikan kepada orang yang mengalami cedera.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan ada atlet judo di Surakarta.

METODE STUDI KASUS

Penelitian ini dilaksanakan di Gor Toraja Surakarta pada tanggal 12-13 juni 2023. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian eksperimen (*Quasi Ekspreimen*) *pre test dan post test without control grub*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah 20 responden.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi balut bidai ekstremitas yang sudah diuji pakarkan pada *Expert* dibidangnya dan sudah diuji validkan oleh peneliti. Penilaian keterampilan balut bidai ekstremitas dengan kategori terampil (90-100) cukup terampil (61-89) dan kurang terampil (0-60). Analisa dari penelitian “Pengaruh pelatihan balut bidai dengan metode simulasi terhadap tingkat keterampilan atlet judo Surakarta” ini menggunakan *uji wilcoxon*.

Uji etik pada penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi No. 872/V/HREC/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh pada penelitian ini adalah :

1. Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	15	75
Perempuan	5	25
Total	20	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden penelitian

berdasarkan jeni kelamin menunjukkan pada perempuan berjumlah 5 responden (25%) sedangkan laki-laki berjumlah 15 responden (75%). Jenis kelamin (*sex*) digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan gender antara laki-laki dan perempuan dari segi anatomi biologis, sedangkan gender lebih banyak berkonsentrasi kepada aspek sosial, budaya, dan aspek-aspek nonbiologis lainnya. Kalau studi seks lebih menekankan terhadap perkembangan biologis dan komposisi kimia dan tubuh laki-laki maupun perempuan, maka studi kasus gender lebih menekankan terhadap perkembangan aspek maskulinitas dan feminitas seseorang (Leininger, 1990) dalam penelitian Suhardin (2016).

Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

	Mea n	Media n	Mi n	Ma x	Mod e
Usi a	13.85	13.50	12	17	12

Berdasarkan tabel 4.2 karakteristik responden penelitian berdasarkan usia menunjukkan, rata-rata (mean) kategori usia responden yang mengikuti pelatihan ini adalah 13.85 tahun. Kategori usia yang paling rendah (min) adalah 12 tahun dan paling tinggi (max) 17 tahun. Sementara kategori usia yang paling banyak (mode) adalah usia 12 tahun. Menurut (Monks, 2002) dalam penelitian Usop (2018) umur dapat dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu remaja awal dengan batasan 12-15 tahun, remaja pertengahan dengan batasan usia 15-18 tahun, dan remaja akhir dengan batasan usia 18-21 tahun. Responden dalam penelitian ini adalah rentang usia 12-17 tahun. Dapat disimpulkan bahwasanya responden dalam penelitian ini termasuk dalam kelompok remaja awal dan remaja pertengahan. Mayoritas usia remaja dalam penelitian ini adalah 12 tahun, yang menyatakan jumlah kelompok terbanyak di remaja awal.

Tabel 3 *Pretest* Tingkat Keterampilan Balut Bidai Atlit Judo

Nilai Balut Bidai	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kurang terampil	20	100
Cukup terampil	-	-
Terampil	-	-
Total	20	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat digambarkan bahwa tingkat keterampilan balut bidai atlet judo dengan kategori cukup berjumlah 20 orang responden (100%). Hal ini memiliki kesamaan pada penelitian yang dilakukan oleh Devi et. al (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 Judo

Nilai Balut Bidai	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kurang terampil	0	0
Cukup terampil	17	85
Terampil	3	15
Total	20	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat digambarkan bahwa tingkat keterampilan balut bidai Atlet Judo setelah diberikan pelatihan, dengan kategori cukup berjumlah 17 responden (85%), kategori terampil 3 responden (15%). Hasil dari penelitian balut bidai ini dapat digambarkan bahwa tingkat keterampilan balut bidai setelah diberikan pelatihan dengan metode simulasi, dengan kategori cukup berjumlah 17 responden (85%), kategori terampil 3 responden (15%). Hal ini sejalan dengan penelitian Najihah (2019) terjadi peningkatan pengetahuan dari 63,6% menjadi 95,5%, sedangkan pengetahuan kurang baik mengalami

penurunan dari 36,4% menjadi 4,5% setelah dilakukan pendidikan kesehatan.

2. Analisis Bivariat

Analisa data bivariat dalam penelitian ini digunakan untuk menguji pengaruh pelatihan balut bidai terhadap tingkat keterampilan Atlet Judo Surakarta. Analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan *uji Wilcoxon* karena data bersifat *non parametrik*, dengan mengukur hasil *pre dan post test* balut bidai. Dari *uji Wilcoxon* telah dilakukan didapati hasil :

Tabel 4.5 Uji Wilcoxon pada nilai pre dan posttest balut bidai

Balut Bidai	N	Std, Dev	p-value
Pretest	20	7.88	0,000
Posttest	20	5.4	

Berdasarkan *uji Wilcoxon* pada *pre dan posttest* tingkat keterampilan balut bidai Atlet Judo 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 Atlet judo Surakarta. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Devi Listiana (2020) bahwa pelatihan balut bidai yang diberikan kepada responden sangat mempengaruhi tingkat keterampilan mereka untuk melakukan balut bidai dengan hasil *p value* $(0,000) < 0,05$. Selain itu, hasil penelitian ini sejalan dengan Jessicha Angel Warouw tahun (2018) yang menyatakan bahwa pelatihan balut bidai yang diberikan cukup efektif untuk meningkatkan keterampilan responden dalam melakukan balut bidai. Walaupun mayoritas masih pada kategori cukup dengan hasil *p value* $(0,000) < 0,05$.

Pada penelitian ini, pemberian pelatihan balut bidai dengan metode

simulasi yang diberikan kepada Atlit Judo Surakarta mampu meningkatkan tingkat keterampilan atlit. Untuk meningkatkan keterampilan seseorang, sesungguhnya tidak terlepas dari pemberian pelatihan, sehingga keterampilan dapat meningkat setelah diberikan pelatihan (Notoatmojo, 2016). Selain itu, pemberian pelatihan dengan system simulasi merupakan salah satu cara yang efektif dalam menyampaikan materi kepada responden karena dalam penyampaian disajikan situasi yang menyerupai keadaan sebenarnya. Menurut Depdiknas (2013) simulasi adalah suatu metode dalam pelatihan yang digunakan untuk memperagakan sesuatu dalam bentuk tiruan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh pelatihan balut bidai dengan metode simulasi terhadap tingkat keterampilan pada atlit judo Surakarta. Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi responden, tempat penelitian dan bagi institusi Pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahrudin, Moh. (2014). Penanganan Cedera Olahraga pada Atlet (PPLM) dan (UKM) Ikatan Pencak Silat Indonesia dalam Kegiatan Kejurmas Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(2), 1–11.
- Devi Listiana, Effendi, Ade Risky Oktarina. 2019. Pengaruh Pelatihan Balut Bidai terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Siswa/I Palang Merah Remaja (PMR) di SMAN 4 Kota Bengkulu. *CHMK Nursing Scientific Journal*, Vol.2 No.2 p-ISSN
- Guntoro, T. S., Fariz, M., & Putra, P. (2020). *Karakter kepribadian atlet Papua : kajian menuju POPNAS ke-XV Personality traits of Papuan athletes : Study towards XV POPNAS* PENDAHULUAN

Belum lama ini , tepatnya bulan Agustus 2019 , mencuatnya kasus tentang ujaran yang bernada rasial terhadap mahasiswa. 6(1), 40–58.

- Monks, dkk. (2002) Psikologi Perkembangan – Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press
- Najihah, & Ramli,R. (2019) Pendidikan Kesehatan Pertolongan Pertama pada Kecelakaan Meningkatkan Pengetahuan Anggota PMR Tentang Penanganan Fraktur, *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(2), 151-154, <https://ejournal.com/index.php/SF>
- Paramita, Y., Pratitis, N. T., & Efendy, M. (2021). Motivasi berprestasi pada atlet judo di surabaya: Bagaimana peranan self-efficacy? *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 32–41.
- Setiawan, Amra, F., & Lesmana, H. S. (2018). Analisis Tentang Cedera Dalam Olahraga Beladiri Taekwondo Di Dojang Unp. *Jurnal Stamina*, 1(1), 401–414.
- Suhardin. (2015). *Pengaruh Perbedaan Jenis Kelamin dan Pengetahuan Tentang Konsep Dasar Ekologi Terhadap Kepedulian Lingkungan*
- Tayebali, Z., Lendghar, P., & Palekar, T. J. (2019). *Prevalance of Musculoskeletal Pain Among Judo Players. 6(4), 7–12.*
- Theresia, L. (2020). *Fisik Atlet Judo PON XX Jawa Tengah Tahun 2019. 41.*