

GAMBARAN *SELF-AWARENESS* SISWA DALAM PENCEGAHAN CEDERA DI SD N 2 KEMIRI MOJOSONGO BOYOLALI

Wulan Setya Rahayu¹⁾ Rufaida Nur Fitriana²⁾

¹⁾Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
Wulansera05@gmail.com

ABSTRAK

Cedera artinya akibat dari suatu agen eksternal yang dapat mengakibatkan kerusakan baik fisik juga mental. Pada anak perkembangan motorik dan kemandirian anak usia sekolah meningkat pada, motorik kasar anak dapat melakukan berbagai hal yang dapat bersiko cedera contohnya mereka bermain bersepeda, berlari, dan melompat. Menurut keadaan tersebut menunjukkan bahwa anak-anak usia sekolah sangat rentan terhadap cedera, maka anak memerlukan perhatian keamanan. Upaya yang dapat dilakukan untuk menceegah cedera yaitu adanya *Self-awareness* diartikan kemampuan buat mengenal, memilah perasaan di diri sendiri, tahu apa yang sedang dirasakannya, mengapa hal tersebut bisa dirasakan, mengetahui apa penyebab keluarnya perasaan tersebut, dan efek perilaku tertentu terhadap orang lain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran *Self-awareness* pada anak di SD N 2 Kemiri Mojosongo Boyolali.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif observasional dengan pendekatan deskriptif. Populasi penelitian ini adalah anak kelas 4,5, dan 6 sebanyak 56 siswa. Pengambilan sampel dengan sampel total. Instrument yang digunakan menggunakan kuesioner *Self-awareness* tentang pencegahan cedera.

Hasil penelitian karakteristik responden adalah sebagian besar berusia 11 tahun di rentang usia 10-13 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 responden (55,4%). Gambaran *Self-awareness* di SD N 2 Kemiri memiliki tingkat yang tinggi dengan 34 responden (60,7%) dari 56 responden dalam pencegahan cedera, akan tetapi di tempat tersebut masih ada kejadian cedera, sehingga anak harus lebih memahami tentang pengetahuan apa itu *self-awareness* dan pentingnya *self-awareness* dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam pencegahan cedera agar tidak menimbulkan kejadian cedera kembali.

Kata Kunci : *Self-awareness*, Cedera, Anak Usia Sekolah

ABSTRACT

Injury means is the result of an external agent that can result in both physical and mental damage. In children, the motor development and independence of school-age children increase in, gross motor children can do various things that can risk injury, for example, they play cycling, running, and jumping. According to these circumstances, it shows that school-age children are very vulnerable to injury, so children need safety attention. Efforts that can be made to prevent injury, namely the existence of Self-awareness, are defined as the ability to know, sort out feelings in oneself, know what is being felt, why it can be felt, knowing what causes the release of these feelings, and the effects of certain behaviors on others. The purpose of this study was to determine the picture of Self-awareness in children at SD N 2 Kemiri Mojosoongo Boyolali.

The type of research is an observational quantitative with a descriptive approach. The population of this study was 4,5, and 6 years old graders were 56 students. Sampling with a total sample. The instruments used used a Self-awareness questionnaire about injury prevention.

The results of the study characteristic of respondents were mostly aged 11 years in the age range of 10-13 years and most of them were male as many as 31 respondents (55.4%). The picture of Self-awareness at SD N 2 Kemiri has a high level with 34 respondents (60.7%) of 56 respondents in injury prevention, but in that place there are still injury events, so children must better understand about what self-awareness is and the importance of self-awareness in daily life, especially in preventing injuries so as not to cause re-injury events.

Keywords : *Self-awareness, Injury, School Age Children*

PENDAHULUAN

Cedera artinya akibat dari suatu agen eksternal yang dapat mengakibatkan kerusakan baik fisik juga mental. Penelitian yang dilakukan oleh (Jamil, 2020). Cedera umumnya diartikan menjadi keadaan tidak berkecimpung di fisik yang disebabkan terjadinya kerusakan di bagian tubuh eksklusif. Secara spesifik cedera dijelaskan menjadi kerusakan terjadi di struktur tulang, otot dan jaringan lunak lainnya dampak benturan, aktivitas hiperbola (*overload*), kondisi lingkungan hingga kesalahan teknik (Post et al, 2017).

Usia 5-14 tahun artinya periode pertumbuhan dan perkembangan yang beresiko tinggi mengalami cedera karena anak sedang menyebarkan motorik kasar dan memiliki rasa keingintahuan yang tinggi. Perkembangan motorik dan kemandirian anak usia sekolah meningkat pada, motorik kasar anak dapat melakukan berbagai hal yang dapat bersiko cedera contohnya mereka bermain bersepeda, berlari, dan melompat (Muscari, 2015). Menurut keadaan tersebut menunjukkan bahwa anak-anak usia sekolah sangat rentan terhadap cedera, maka anak memerlukan perhatian keamanan (Kuschitawati, 2017).

Prevelensi cedera di Indonesia mencapai 9,2% atau kurang lebih sekitar 1.017.290 orang. Pada provinsi Jawa Tengah mencapai angka 9,3%, khususnya kejadian cedera di Wilayah Boyolali sebanyak 6,78% , berdasarkan karakteristik cedera sesuai karakteristik umur 5-14 tahun presentase cedera mencapai sebesar 12,40% (Risksdas,2018).

Terdaot 4 pokok yang harus dipahami dalam pencegahan cedera yaitu sadar diri untuk mengenal bahaya, menghindari bahaya, mengontrol bahaya yang tidak dapat dihindari, jangan menciptakan sesuatu yang menimbulkan bahaya (Muchtamadji,2020).

Masa usia sekolah dasar terbagi kelas

rendah (kelas 1, 2, dan 3) dan siswa kelas tinggi (kelas 4, 5, dan 6) masa ini ditandai anak mulai memasuki bangku sekolah dasar, dan dimulai sejarah baru yaitu masa pengenalan lingkungan sosial yang lebih luas serta kelas IV, V, dan VI tingkatan kelas tersebut masih dalam ingin bermain, ingin tahu yang cukup besar, telah mengenal lingkungan sekolahnya cukup lama, telah mampu membaca dan memahami kalimat-kalimat pernyataan (Sudarmawan, 2013). Sehingga Peneliti mengambil siswa kelas IV,V dan VI karena metode koesioner kurang tepat bagi siswa-siswi dibawah kelas IV sehingga membutuhkan waktu yang lebih lama. Anak bisa melakukan *self-awareness* pada tahap perkembangan psikososial karena anak mulai menguasai keterampilan bersifat teknologi atau sosial, keinginan untuk mandiri dan berupaya menyelesaikan tugas serta mulai menginternalisasi pengendalian diri membutuhkan penghargaan dari luar, mampu melakukan sesuatu hal walaupun membutuhkan bantuan orang tua atau orang dewasa lain yang dipercaya untuk membuat keputusan (Muscari, 2015).

Hasil wawancara pada tanggal 22 Desember 2021 Mewawancarai 7 siswa mengatakan bahwa tidak mengetahui pengertian *Self-Awareness*, saat ditanya tentang pencegahan cedera 5 siswa mengatakan tidak tahu serta ber ekspresi malu, namun ada 2 siswa yang mengatakan sadar bahwa berkelahi dapat menyebabkan cedera, mereka sadar jika lantai yang licin akan membuatnya terjatuh, siswa sadar bahwa jika tidak berhati-hati dalam melakukan aktifitas akan berdamak cedera yang serius. Hasil observasi terdapat lapangan olahraga yang licin karena terdapat banyak pasir, terdapat lantai kamar mandi yang berlumut, terdapat beberapa kursi yang hampir patah didalam kelas, lokasi dekat jalan raya dan saat istirahat murid diperbolehkan keluar halaman

sekolah, serta lantai depan kelas saat hujan masih terkena air sehingga membuat licin. Cedera yang dialami yaitu jatuh saat berolahraga dan bermain. Terdapat siswa cedera 3 bulan terakhir terdapat 11 siswa dari 63 siswa 7 siswa laki-laki, dan 4 perempuan cedera terjadi saat berolahraga dan bermain luka yang dialami yaitu lecet dan memar, serta terdapat 2 siswa yang pernah mengalami tersedak saat makan dan cedera tersebut paling terjadi paling banyak pada anak usia 10 tahun.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Gambaran *Self-awareness* Siswa Dalam Pencegahan Cedera Di SD N 2 Kemiri Mojosongo Boyolali.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dan metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif, merupakan suatu desain penelitian yang menggambarkan fenomena yang diteliti dan menggambarkan besarnya suatu masalah yang akan diteliti (Swarjana, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas IV, V dan VI SD N 2 Kemiri Mojosongo Boyolali sebanyak 56 siswa yaitu kelas IV sejumlah 12 siswa, kelas V sejumlah 16 siswa dan kelas VI sejumlah 28 siswa.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Pembagian sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik sampling *Nonprobability Sampling* yang artinya teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel dan yang digunakan peneliti yaitu sampel total.

Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan jenis kuesioner tertutup, yaitu kuesioner yang jawaban atau isinya sudah ditentukan, sehingga subjek tidak memberikan respon-respon

atau jawaban yang lain. Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner tentang Dimensi *Self-Awareness* dalam pencegahan cedera, dengan jumlah 25 pernyataan yang telah diuji Validitas dan Reliabilitas dengan nilai *Cronbach's alpha* 0,822 sehingga instrument layak untuk digunakan. Penelitian telah layak etik dengan nomor etik 746/UKH.L.02/EC/VII/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapat pada penelitian ini meliputi:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia (n=56)

Karakteristi	Mean	SD	Min	Max
Umur	11.88	0.854	10	13

Sumber : Data Primer (2022)

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata umur responden adalah 11.88 tahun dengan usia termuda 10 tahun dan tertua 13 tahun. Pada karakteristik umur menunjukkan rentan usia responden pada penelitian ini adalah 10 tahun -13 tahun dan mayoritas dari mereka berusia 11 tahun. Hasil ini sejalan dengan penelitian Wati (2012) yang menggambarkan bahwa mayoritas usia responden dalam penelitiannya adalah 11 tahun.

Usia 9 tahun – 13 tahun merupakan akhir dari masa kanak-kanak dan sering disebut dengan usia sekolah dasar. Anak usia sekolah merupakan kelompok yang sangat peka untuk menerima perubahan atau pembaharuan, karena kelompok anak sekolah dasar sedang berada dalam taraf pertumbuhan dan perkembangan. Anak usia sekolah dasar lebih mudah untuk dibimbing dan diarahkan sehingga merupakan waktu yang tepat untuk diberikan suatu bimbingan (Reza, 2012).

Menurut peneliti Masa usia sekolah dasar merupakan masa dimana anak-anak sudah memiliki kematangan dalam berbagai aspek seperti perkembangan intelektual, bahasa, sosial, emosional, moral, penghayatan agama dan motorik.

Pada masa kelas tinggi sekolah dasar (usia 9 sampai 13 tahun), anak cenderung memiliki sifat ingin tahu dan ingin belajar, mulai tertarik terhadap kehidupan praktis sehari-hari, menyukai hal-hal yang realistis serta senang bermain dan belajar. sehingga anak usia 9 tahun sampai 13 tahun merupakan masa yang tepat untuk diajak berdiskusi tentang bagaimana pencegahan cedera.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin (n=56)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-Laki	31	55.4
Perempuan	25	44.6
Total	56	100.0

Sumber: Data Primer (2022)

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang paling banyak laki-laki dengan 31 responden (55.4 %). Perbedaan jenis kelamin tidak mempengaruhi tingkat pengetahuan, sikap maupun kesadaran seseorang secara langsung, akan tetapi pada saat diberikan edukasi maupun arahan, responden perempuan lebih antusias dan tingkat perhatiannya sangat tinggi. Perhatian adalah suatu kesadaran yang menyertai suatu aktivitas yang dilakukan dan hal ini sangat penting terhadap minat seseorang dalam melakukan aktivitas tersebut (Riyanto, 2013).

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Self-Awareness dalam pencegahan cedera (n=56)

Self Awareness	Frekuensi	Presentase (%)
Sedang	9	16.1
Tinggi	34	60.7
Sangat Tinggi	13	23.2
Total	56	100.0

Sumber: Data Primer 2022

Hasil penelitian gambaran responden berdasarkan Self-awareness dalam pencegahan cedera yaitu sebagian besar menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas memiliki Self-awareness yang

tinggi dengan jumlah 34 responden (60.7%), sedang 9 responden (16.1%) dan sangat tinggi 13 responden (23.2%). Dari data tersebut menunjukkan bahwa jumlah responden dengan nilai self-awareness dalam pencegahan cedera terbanyak merupakan dengan nilai yang tinggi.

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Dimensi *self-awareness* dalam pencegahan cedera (n=56)

<i>Emotional self-awareness</i>	Frekuensi	Presentase (%)
Sedang	1	1.8
Tinggi	31	55.4
Sangat Tinggi	24	42.9
Total	56	100.0

<i>Accurate self-assessment</i>	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	2	3.6
Sedang	7	12.5
Tinggi	28	50.0
Sangat Tinggi	19	33.9
Total	56	100.0

<i>Self-confidence</i>	Frekuensi	Presentase (%)
Sedang	11	19.6
Tinggi	32	57.1
Sangat Tinggi	13	23.2
Total	56	100.0

Sumber: Data Primer (2020)

Hasil penelitian berdasarkan setiap dimensi self-awareness dalam pencegahan cedera yaitu untuk dimensi yang pertama dimensi *emotional self-awareness* sebagian besar memiliki tingkat dimensi yang tinggi yaitu sebanyak 31 responden (55.4%) sedang 1 responden (1.8%) dan sangat tinggi 24 responden (42.9%), untuk dimensi yang kedua *accurate self-assessment* sebagian memiliki tingkat yang tinggi yaitu sebanyak 28 responden (50.0%) terdapat responden dengan tingkat rendah sebanyak 2 responden (3.6%) sedang 7 responden (12.5%) dan sangat tinggi 19

responden (33.9%) dan dimensi ketiga self-confidence sebagian besar memiliki tingkat yang tinggi sebanyak 32 responden (57.1%) sedang 11 responden (19.6%) dan sangat tinggi 13 responden (23.2%). Maka peneliti menyimpulkan bahwa setiap dimensi responden memiliki tingkat self-awareness yang tinggi dan hanya terdapat (3.6%) responden yang memiliki tingkat self-awareness yang rendah.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Self-awareness* yaitu antara lain pikiran, perasaan, motivasi, perilaku, pengetahuan dan lingkungan (Rahayu, 2015). Hasil dari penelitian ini mendapatkan hasil bahwa Self-Awareness pada anak di SD N 2 Kemiri Mojosoongo Boyolali dalam kategori tinggi, akan tetapi di tempat tersebut masih ada kejadian cedera. Dilihat dari beberapa faktor yang mempengaruhi Self-awareness menurut (Rahayu, 2015) untuk pikiran dan perasaan anak sudah mampu berpikir dan sadar tentang hal-hal yang dapat menimbulkan cedera, namun untuk lingkungan masih ada tempat olahraga yang masih licin karena ada pasir yang perlu dibersihkan dan anak harus lebih memahami tentang pengetahuan apa itu self-awareness dan pentingnya self-awareness dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam pencegahan cedera agar tidak menimbulkan kejadian cedera lagi.

KESIMPULAN

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada penelitian ini berdasarkan usia dan jenis kelamin adalah sebagian besar berusia 11.88 tahun dari jumlah 56 responden dan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 31 responden (55,4%).

2. Emotional Self-awareness

Gambaran Emotional Self-awareness dalam pencegahan cedera menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas memiliki tingkat yang tinggi yaitu 31 responden (55.4%), sangat tinggi

terdapat 24 responden (42.9%) dan sedang terdapat 1 responden (1.8%).

3. Accurate Self-awareness

Gambaran Accurate Self-awareness dalam pencegahan cedera menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas memiliki tingkat yang tinggi yaitu 28 responden (50.0%) sangat tinggi terdapat 19 responden (33.9%) sedang 7 responden (12.5%) dan terdapat 2 responden yang memiliki tingkat yang rendah (3.6%).

4. Self-confidence

Gambaran Self-confidence dalam pencegahan cedera menunjukkan bahwa dari 56 responden mayoritas memiliki tingkat yang tinggi sebanyak 32 responden (57.1%) sangat tinggi terdapat 133 responden (23.2%) dan sedang sebanyak 11 responden (19.6%).

5. Gambaran Self-awareness

Hasil dari penelitian ini mendapatkan hasil bahwa Self-Awareness pada anak dalam kategori tinggi, untuk pikiran dan perasaan anak sudah mampu berpikir dan sadar tentang hal-hal yang dapat menimbulkan cedera, namun untuk lingkungan masih ada tempat olahraga yang masih licin karena ada pasir yang perlu dibersihkan.

SARAN

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah wawasan bagi responden mengenai self-awareness dalam pencegahan cedera.

2. Bagi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi acuan dalam melakukan identifikasi terhadap kesadaran dalam mencegah cedera.

3. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan pendidikan kesehatan terutama tentang *self-awareness* dalam pencegahan cedera dan agenda untuk kerja bakti anak membersihkan area olahraga agar pasir dibersihkan.

4. Bagi Insitusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan untuk memperkuat ilmu pengetahuan sehingga dapat dimanfaatkan sebagai sumber belajar lebih lanjut.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber data dan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melaksanakan penelitian, seperti memberikan intervensi kepada responden berupa penkes untuk meningkatkan pengetahuan tentang self-awareness dalam pencegahan cedera.

DAFTAR PUSTAKA

- Jamil, et al. (2020). "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Orang Tua dengan Praktik Pencegahan Cedera pada Anak Pra Sekolah". Jakarta: Media Komunikasi Ilmu Kesehatan.
- Kuschithawati. (2017). *Faktor risiko terjadinya cedera pada anak usia sekolah dasar*. Jakarta: Erlangga.
- Muchtamadji, Y. (2020). Analisis Faktor Keselamatan Lingkungan Belajar Dan Bermain Untuk Anak Di Rprta Sunter Jaya Berseri. *Jurnal Pengabdian Dan Kewirausahaan*, 4(1), 58–65. <https://doi.org/10.30813/jpk.v4i1.2081>.
- Muscari, M. K. P. (2015). *Keperawatan Pediatrik* (3rd ed.). Jakarta: EGC.
- Muscari, M. K. P. (2015). *Keperawatan Pediatrik* (3rd ed.). Jakarta: EGC.
- Padrizal L. (2015). "Gambaran Tingkat Risiko Cedera Pada Anak Usia Sekolah". Riau: Universitas Riau.
- Post, E. et al. (2017). The Association of Sport Specialization and Training Volume with Injury History in Youth Athletes. *American Journal of Sports Medicine*, 45(6), 1405–1412. <https://doi.org/10.1177/0363546517690848>.
- Rahayu, H. T., Hudha, A. M., & Umah, U. S. (2015). Comparison of Self-Awareness on Food Consumption and Sports with the Family History of Having and Not Having Type II Diabetes Mellitus among Nurs. *Jurnal Keperawatan*, 6, 15–26.
- Reza, F., Marsito, & Saraswati, R. (2012). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Oleh Peer Group Dan Tenaga Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Cuci Tangan Bersih Pada Siswa Sd N 01 Dan 02 Bonosari Sempor Kebumen. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, Vol. 8, No. 1. Palembang: Poltekkes Kemenkes Palembang.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. Diakses januari 2022. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorp_op_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.
- Riyanto, A. (2013). Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika. Poltekkes Kemenkes Palembang.
- Sudarmawan. (2013). "Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Pemilihan Jajanan Dengan Perilaku Anak Memilih Jajanan Di SDN Sambi kerep", Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Swarjana, I. K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wati, R. (2012). "Pengaruh Pemberian Penyuluhan Phbs Tentang Mencuci Tangan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mencuci Tangan Pada Siswa Kelas V Di Sdn Bulukantil Surakarta". Surakarta: Universitas Sebelas Maret.