

PELATIHAN PENANGANAN CEDERA KEPADA PESERTA DIDIK KELAS V DI MI DARUL HUDA DESA CODO KECAMATAN WAJAK KABUPATEN MALANG

Dio Alief Eka Utama Putra*¹, M. Resa Anggra Kusuma²

^{1,2} Universitas Negeri Malang

*e-mail: dio.alieffik2010@ymail.com¹

Abstract

Real Work Lecture (KKN) is one of the courses programmed for Malang State University (UM) Students. In the implementation of the KKN program in Codo Village, the program chosen was "Training in Injury Management for Class V Students at MI Darul Huda". This program was chosen because most students like to exercise. The steps in implementing the Injury Handling Training program for Class V Students at MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang are as follows: (1) observation to MI Darul Huda Codo, Wajak District, Malang Regency; (2) planning programs; (3) consulting and coordinating programs with schools; (4) determining the time and place of implementation; (5) forming an implementing committee; (6) preparation for the implementation of activities; and (7) the implementation of the KKN program. The results of the implementation of the program/activity of the Injury Handling Training activities for Class V Students at MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang is very satisfying because 85% of the expected results have been achieved. From the results of the implementation which reached 85%, of course there were supporting factors that facilitated the running of the program, namely the principal who welcomed the activities to be carried out and also the sports teacher who was very enthusiastic. Apart from that, the students are also willing to help with the implementation of the activity so that they can experience the process of making the field and later use the field.

Keywords: Handling, Injury, like to exercise

Abstrak

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu mata kuliah yang diprogramkan bagi Mahasiswa Universitas Negeri Malang (UM). Pada pelaksanaan program KKN di Desa Codo, program yang dipilih adalah "Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Peserta didik Kelas V di MI Darul Huda". Program ini dipilih karena sebagian besar peserta didik gemar berolahraga. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan program Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang adalah sebagai berikut : (1) observasi ke MI Darul Huda Codo Kecamatan Wajak Kabupaten Malang; (2) merencanakan program; (3) melakukan konsultasi dan koordinasi program dengan pihak sekolah; (4) penentuan waktu dan tempat pelaksanaan; (5) pembentukan panitia pelaksana; (6) persiapan pelaksanaan kegiatan; dan (7) pelaksanaan program KKN. Hasil pelaksanaan program/kegiatan kegiatan Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang sangat memuaskan karena sudah tercapai 85% dari hasil yang diharapkan. Dari hasil pelaksanaan yang mencapai 85% tentunya ada faktor pendukung yang memperlancar jalannya program, yaitu kepala sekolah yang menyambut dengan baik kegiatan yang akan dilaksanakan dan juga guru olahraga yang sangat antusias. Selain itu, siswa – siswi juga bersedia ikut membantu pelaksanaan kegiatan sehingga mereka ikut merasakan proses pembuatan lapangan hingga nanti menggunakan lapangan tersebut.

Kata kunci: Penanganan, Cedera, gemar berolahraga

1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah sebuah mata kuliah yang menggabungkan implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan metode pemberian pengalaman belajar dan bekerja kepada Mahasiswa dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat. Salah satu kegiatan yang menambah daya kritis dan pengalaman bagi Mahasiswa dalam bentuk nyata yaitu melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata. Program Kuliah Kerja Nyata merupakan mata kuliah intrakurikuler yang wajib ditempuh oleh Mahasiswa pada setiap program studi jenjang S-1 (Syardiansah, 2019).

Mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat dituntut mempunyai kepekaan terhadap pembangunan dan perubahan yang terjadi disetiap bidang. Setiap perubahan yang terjadi di negara ini, tidak terlepas dari peran Mahasiswa sebagai penggerak perubahan, dengan disiplin ilmu dan pengetahuan yang dimilikinya, Mahasiswa memiliki nilai lebih di masyarakat yaitu sebagai ujung tombak pembangunan.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu mata kuliah yang diprogramkan bagi Mahasiswa Universitas Negeri Malang (UM). Mata kuliah tersebut termasuk mata kuliah praktik lapangan yang bertujuan melatih dan membekali Mahasiswa untuk menerapkan ilmunya serta belajar memecahkan berbagai persoalan nyata yang terjadi di masyarakat. Oleh karena itu, program KKN yang dikembangkan di UM dikaitkan dengan bidang ilmu yang dimiliki oleh Mahasiswa sehingga para lulusan program KKN benar-benar memiliki kompetensi yang signifikan untuk kepentingan hidup di masyarakat setelah mereka menyelesaikan studinya di UM. Untuk itu, program KKN dikembangkan dalam bentuk KKN tematik. Mahasiswa peserta KKN ditempatkan pada lokasi KKN sesuai dengan keahliannya untuk mengembangkan tema tertentu di wilayah kerja tersebut.

Desa Codo merupakan salah satu desa di wilayah Kecamatan Wajak, Kabupaten Malang. Pada pelaksanaan program KKN di Desa Codo, program yang dipilih adalah "Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Peserta didik Kelas V di MI Darul Huda". Program ini dipilih karena sebagian besar peserta didik gemar berolahraga. Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang dan usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/ pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak (Wijayanti *et al.*, 2021).

Namun banyak hal-hal yang perlu diperhatikan dan hal-hal apa saja yang terjadi ketika berolahraga, seperti cedera. Cedera adalah sesuatu kerusakan pada struktur atau fungsi tubuh yang dikarenakan suatu paksaan atau tekanan fisik maupun kimiawi (Herlina *et al.*, 2022). Sedangkan Cedera Olahraga adalah rasa sakit yang ditimbulkan karena olahraga, sehingga dapat menimbulkan cacat, luka dan rusak pada otot atau sendi serta bagian lain dari tubuh (Pratama *et al.*, 2020; Khadavi & Ulfah, 2019).

Cedera olahraga jika tidak ditangani dengan cepat dan benar dapat mengakibatkan gangguan atau keterbatasan fisik, baik dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari maupun melakukan aktivitas olahraga yang bersangkutan (Mashfufa, 2021). Bahkan bagi atlet cedera ini bisa berarti istirahat yang cukup lama dan mungkin harus meninggalkan sama sekali hobi dan profesinya. Oleh sebab itu dalam penanganan cedera olahraga harus dilakukan secara tim yang multidisipliner (Nekada & Wiyani, 2020).

Berdasarkan hasil observasi lapangan diketahui bahwa para peserta didik kelas V di MI Darul Huda belum sepenuhnya mengerti apa itu cedera dan cara memberikan pertolongan atau penanganan secara baik dan benar. Bila peserta didik mengerti tentang jenis dan cara memberikan penanganan cedera akan lebih bermanfaat ketika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan ketika berolahraga. Untuk itu penulis memberikan pelatihan penanganan cedera agar peserta didik mampu mengenali dan memberikan pertolongan atau penanganan terhadap cedera.

2. METODE

Kegiatan yang akan dilaksanakan berjudul "Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang" yang bertujuan sebagai berikut : (1) meningkatkan kesadaran pentingnya mengenali jenis cedera; (2) meningkatkan kehati-hatian siswa dalam berolahraga maupun bermain; (3) meningkatkan kesadaran pentingnya memberikan pertolongan/penanganan terhadap cedera.

Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan program Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang adalah sebagai berikut : (1) observasi ke MI Darul Huda Codo Kecamatan Wajak Kabupaten Malang; (2) merencanakan program; (3) melakukan konsultasi dan koordinasi program dengan pihak sekolah; (4) penentuan waktu dan tempat pelaksanaan; (5) pembentukan panitia pelaksana; (6) persiapan pelaksanaan kegiatan; dan (7) pelaksanaan program KKN.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam menjalankan program ini, dibutuhkan strategi pelaksanaan agar program ini dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan tujuan. Adapun strategi yang dilakukan adalah secara bertahap yaitu sebagai berikut.



Gambar 1. Survei di kelas V MI Darul Huda

Survei

Survei merupakan kegiatan awal dalam pelaksanaan program. Survei dilakukan pada tanggal 21 Mei 2013 di MI Darul Huda dengan mengunjungi ke sekolah secara langsung untuk mengetahui apa yang dibutuhkan di sekolah ini. Sehingga pada tahap ini diketahui apa saja kegiatan yang akan dilakukan, hal-hal yang dibutuhkan dan segala sesuatu yang dapat menunjang terselenggaranya program ini dengan lancar.



Gambar 2. Penjelasan materi tentang cedera kepada peserta didik

Pelaksanaan

Dalam strategi pelaksanaan program terdapat tahap pelaksanaan yang merupakan inti dari kegiatan pelaksanaan program setelah tahap survei dijalankan. Tahap pelaksanaan program diselenggarakan di ruang kelas MI Darul Huda. Pelaksanaan program ini mulai dijalankan pada tanggal 20 Juni 2013.



Gambar 3. Praktek penanganan cedera bersama peserta didik

Pemeriksaan Ulang (pengecekan)

Pada tahap ini, kegiatan pelaksanaan program telah selesai. Namun, perlu dilakukan pemeriksaan ulang atau mereview hasil dari pelatihan kepada siswa.



Gambar 4. Praktek Penanganan cedera bersama peserta didik

Dalam kegiatan ini mahasiswa KKN melibatkan guru olahraga dan para peserta didik dalam melaksanakan kegiatannya karena diharapkan saat mahasiswa KKN telah selesai melaksanakan tugasnya hasil dari pelatihan dapat dimanfaatkan secara maksimal. Sehingga siswa mampu memberikan pelatihan sendiri kepada adik-adik kelasnya tanpa bergantung kepada mahasiswa KKN karena sudah menguasai ilmu yang telah diberikan oleh mahasiswa.

Hasil pelaksanaan program/kegiatan kegiatan Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang sangat memuaskan karena sudah tercapai 85% dari hasil yang diharapkan. Dari hasil pelaksanaan yang mencapai 85% tentunya ada faktor pendukung yang memperlancar jalannya program, yaitu kepala sekolah yang menyambut dengan baik kegiatan yang akan dilaksanakan dan juga guru olahraga yang sangat antusias. Selain itu, siswa – siswi juga bersedia ikut membantu pelaksanaan kegiatan sehingga mereka ikut merasakan proses pembuatan lapangan hingga nanti menggunakan lapangan tersebut. Dalam pelaksanaan kegiatan ini terdapat faktor pendukung dan juga faktor penghambat, yaitu sebagai berikut.

Faktor Pendukung : (1) dukungan dari pihak sekolah untuk terlaksananya program; (2) antusias dari siswa dan siswi; dan (3) teman-teman KKN yang ikut membantu dalam persiapan dan pelaksanaan program.

Faktor Penghambat: (1) adanya kesulitan dalam mengatur waktu pelaksanaan; dan (2) pengaturan anak/peserta yang terlalu aktif

Dalam pelaksanaan kegiatan Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang hanya ada dua permasalahan yang menjadi faktor penghambat seperti yang sudah di sebutkan di atas, yaitu: (1) Adanya kesulitan dalam mengatur waktu pelaksanaan; dan (2) Anak/peserta yang terlalu aktif.

Adanya kesulitan dalam mengatur waktu pelaksanaan. Hal ini menjadi permasalahan karena sebenarnya program akan dilakukan di MTS Darul Huda, karena ada beberapa hal yang

benar-benar tidak bisa diatasi maka akhirnya program dilaksanakan di MI Darul Huda. Dan pelaksanaan program juga menjelang masa liburan sekolah karena harus menunggu program dan kegiatan yang lain selesai.

Anak/peserta yang terlalu aktif. Karena peserta masih sering kurang fokus dalam memperhatikan materi yang disampaikan dan sering bercanda jadi perlu tenaga ekstra untuk mengondisikan peserta agar tetap tenang dalam mengikuti materi. Namun meski begitu program tetap berjalan dengan lancar. Solusinya yaitu berkonsultasi dengan anggota KKN lainnya dalam menentukan jadwal pelaksanaan program. Serta berkoordinasi dengan pihak sekolah sehingga kegiatan berjalan dengan lancar.

Dari pelaksanaan kegiatan Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda tidak terdapat permasalahan lain yang mempersulit pelaksanaan kegiatan baik yang disebabkan oleh faktor manusia, sarana fisik, hubungan sosial, budaya, jarak, transportasi, dana, dll. Karena di MI Darul Huda Codo sangat antusias dan mendukung kegiatan yang dilaksanakan. Solusinya yaitu memberikan pengertian atau teguran secara halus agar siswa bisa lebih tertib dalam mengikuti materi. Dan memberikan gurauan-gurauan sehingga suasana lebih menyenangkan dan siswa tidak cepat bosan dalam mengikuti materi.

4. KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan Pelatihan Penanganan Cedera Kepada Siswa Kelas V di MI Darul Huda Ds. Codo Kec. Wajak Kab. Malang dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini secara umum berjalan dengan baik dan lancar. Semua anak sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Anak jadi lebih mengerti bagaimana cara mengenali/mendiagnosa dan memberikan pertolongan/penanganan terhadap cedera serta dampak baik buruknya.

Rekomendasi: (1) bagi guru hendaknya dapat mereview manfaat yang diperoleh dari memahami/mengerti cara mengenali dan menangani cedera serta akibat yang terjadi jika salah mengenali dan menangani cedera; (2) bagi anak hendaknya lebih berhati-hati dan memperhatikan hal-hal penting sebelum melakukan olahraga; (3) bagi mahasiswa KKN yang akan datang, hendaknya dapat meneruskan program pelatihan penanganan cedera

DAFTAR PUSTAKA

- Herlina, H., Burhan, Z., & Ashari, L. H. (2022). SOSIALISASI PENANGANAN CEDERA OLAHRAGA TINGKAT SD SE-KECAMATAN PRAYA TENGAH KABUPATEN LOMBOK TENGAH NTB. *DEVOTE: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 1(1), 1-7.
- Khadavi, M. R., & Ulfah, W. A. (2019). WORKSHOP PELATIHAN PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CIDERA (PPC) GURU PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR KECAMATAN GERUNGANG KOTA PANGKALPINANG. *AL-QUWWAH: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 2(1), 1-25.
- Mashfufa, E. W. (2021). PENDAMPINGAN PENANGANAN CEDERA PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SEKOLAH BERBASIS ALAM: THE ASSISTANCE OF INJURY MANAGEMENT ON SCHOOL AGE CHILDREN IN THE NATURE BASED SCHOOL. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 7(1), 60-63.
- Nekada, C. D. Y., & Wiyani, C. (2020). Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan untuk Guru Sekolah Dasar se-Kecamatan Depok, Sleman, DIY. *Jurnal Pengabdian Dharma Bakti*, 3(2), 55-65.
- Pratama, B. N., Wantonoro, M. K., Kep, S., & Sari, A. D. (2020). Pendidikan Kesehatan Pertolongan Pertama Cedera Terhadap Pengetahuan dan Sikap Guru dalam Praktik Penanganan Cedera Siswa Di Sekolah Dasar: Literature Review.
- Syardiansah, S. (2019). Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Bagian dari Pengembangan Kompetensi Mahapeserta didik: Studi Kasus Mahasiswa Universitas Samudra KKN Tahun 2017. *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 7(1), 57-68.

Wijayanti, N. P. N., Mandan, A., & Hidayat, H. (2021). Pelatihan Penanganan Cedera Olahraga pada Guru Olahraga di Ujung Batu Kabupaten Rokan Hulu. *Indonesian Journal of Sport Community*, 1(1), 14-17.