

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Atlet adalah salah satu profesi yang menjadi kebanggaan Indonesia (Rosyadi, 2018). Atlet termasuk ke dalam profesi yang diinginkan banyak orang. Hal ini dapat didukung dari keberhasilan atlet yang mendapat prestasi yang mengharumkan nama bangsa. Atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan dalam beradu ketangkasan, kecepatan, keterampilan, dan kekuatan. Dalam pertandingan, berhasil meraih kemenangan adalah kebanggaan dan prestasi para atlet karena membuktikan hasil dari usaha berlatih. Prestasi itu merupakan akumulasi dari berbagai faktor, yaitu kualitas fisik, teknik, taktik dan kematangan mental (Pertiwi, 2012). Kualitas fisik termasuk ke dalam bagian terpenting dalam atlet karena berperan terhadap keberhasilan atlet, kualitas fisik yang baik merupakan dasar dari penguasaan gerakan yang baik karena dapat melakukannya secara optimal. Kualitas fisik dapat di lihat dari postur tubuh (Supartono, 2017).

Postur tubuh adalah bentuk tubuh atau sikap badan yang terlihat dari ujung rambut sampai ujung kaki. Postur tubuh dipertahankan oleh jaringan lunak (syaraf, otot, ligamen) dan jaringan keras (tulang dan sendi) (Supartono dkk, 2016). Postur tubuh yang baik sangat penting bagi atlet karena postur yang baik membuat tubuh menjadi simetris dan seimbang sehingga distribusi beban tersebar merata ke seluruh tubuh membuat tubuh menjadi kokoh. Tubuh yang simetris dan kokoh akan memberikan stabilitas, keseimbangan, kekuatan, daya tahan, dan kelenturan yang memungkinkan atlet melakukan seluruh aktivitas dan beban tanpa gangguan (Supartono, 2015). Postur sangat berpengaruh dalam prestasi dari atlet karena beberapa kelainan postur dapat berdampak bagi pertandingan sesuai cabang olahraganya, kelainan postur dapat membuat atlet menjadi mudah lelah yang menyebabkan menurunnya daya gerak dan membuat atlet rentan terhadap cedera. Cedera sangat mungkin terjadi bagi atlet terutama bagi atlet dengan *high impact* salah satu cabang olahraga dengan *high impact* adalah Pencak Silat.

Pencak Silat salah satu budaya asli bangsa Indonesia, dimana sangat diyakini oleh para pendekarnya dan pakar pencak silat bahwa masyarakat Melayu saat itu

menciptakan dan mempergunakan ilmu bela diri ini sejak di masa prasejarah (Amjad, 2016). Pencak silat merupakan beladiri yang menggunakan lengan dan tungkai. Serangan beladiri dengan tungkai memiliki lebih dari 1 teknik (Kriswanto, 2015). Olahraga pencak silat tidak terlepas dari adanya gerakan yang selanjutnya akan melibatkan berbagai struktur/jaringan pada tubuh manusia, misalnya sendi, otot, discus, dan kapsuloligamenter. Dilihat dari teknik-teknik dalam pencak silat maka olahraga ini sering menimbulkan cedera olahraga (Spyanawati, 2014).

Cedera berbanding lurus dengan daya tahan atlet, menurunnya daya tahan atlet disebabkan oleh banyak faktor salah satunya adalah hyperlaxity. Hyperlaxity adalah kondisi jaringan ikat sendi (ligament) yang terlalu lentur (Supartono, 2015). Hyperlaxity mungkin awalnya di anggap menguntungkan untuk cabang olahraga gymnastics, namun bila ligament lentur secara berlebihan akan menyebabkan perubahan kondisi fisik, yaitu postur tubuh. Kondisi ini bila dibiarkan terlalu lama akan menghasilkan beberapa dampak salah satunya dampak pada kaki yaitu terjadinya fenomena flat feet. Flat feet adalah kondisi lengkung longitudinal kaki mengalami penurunan atau keruntuhan (Atik, 2014). Flat feet menyebabkan kurang berfungsinya sistem pengungkit yang kaku saat kaki meninggalkan pijakan, sehingga menyebabkan keluhan mudah lelah (Lutfie, 2007). Mudah lelah ini juga akan menyebabkan menurunnya daya tahan atlet yang akan membuat menurunnya prestasi atlet dan kemungkinan cedera lebih tinggi (Wijaya, 2016).

Menurut penelitian Supartono et al , 2016 dari 136 peserta pemuda berprestasi 32 peserta menderita Hyperlaxity dan 31 peserta menderita Flat feet. Saya sudah melakukan observasi singkat yaitu pra penelitian dengan melihat atlet Pencak Silat berlatih dan bertemu dengan pelatih Pemusatan latihan daerah atau Pelatda DKI Jakarta.

Berdasarkan latar belakang di atas, hyperlaxity pada atlet Pencak Silat dalam jangka panjang akan menyebabkan flat feet yang memungkinkan terjadinya keadaan cedera yang lebih tinggi. Penelitian ini dianggap penting karena dapat memberikan informasi terkait hyperlaxity dengan flat feet untuk menjadi bahan pertimbangan apabila ingin mengikuti cabang olahraga bela diri yaitu Pencak Silat jika sudah memiliki masalah hyperlaxity.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti tertarik ingin mengetahui hubungan antara *hyperlaxity* dengan kejadian *flat feet* pada atlet Pencak Silat?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui adanya hubungan pada atlet Pencak Silat dengan *hyperlaxity* berhubungan dengan kejadian *flat feet* untuk mengurangi risiko cedera bagi atlet yang ingin ikut Pencak Silat.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui angka kejadian atlet dengan *hyperlaxity* pada atlet Pencak Silat.
- b. Mengetahui angka kejadian atlet dengan *flat feet* pada atlet Pencak Silat.
- c. Mengetahui karakteristik responden : usia, jenis kelamin, lama berlatih Pencak Silat.
- d. Mengetahui angka kejadian *flat feet* pada atlet Pencak Silat dengan *hyperlaxity*.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang kejadian *flat feet* terhadap *hyperlaxity*, sehingga dapat mengurangi angka terjadinya cedera.

I.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

- a. Menambah informasi dan pengetahuan bagi mahasiswa lain sehingga dapat mengembangkan pengetahuan untuk penelitian selanjutnya.
- b. Menambah data penelitian di bidang anatomi sehingga dapat digunakan sebagai bahan kepustakaan atau bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya.

I.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Lain

Menambah referensi penelitian dan wawasan pengetahuan mengenai *hyperlaxity* terhadap kejadian *flat feet* atlet Pencak Silat.

I.4.4 Manfaat Bagi Peneliti

- a. Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan antara *hyperlaxity* dengan kejadian *flat feet* pada atlet Pencak Silat.
- b. Meningkatkan kemampuan serta keterampilan peneliti.