

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pergelangan Kaki adalah sendi yang penting untuk menjaga keseimbangan tubuh, yang tersusun oleh tulang, ligament, tendon, dan jaringan ikat penghubung. Tulang yang membentuk sendi pergelangan kaki adalah tibia, calcaneus, talus, fibula. Struktur pergelangan kaki sangat kuat dan kompleks karena terdiri dari ligament-ligamen yang berfungsi untuk mempertahankan stabilitas sendi pergelangan kaki dalam berbagai posisi.¹ Cedera pergelangan kaki merupakan kondisi yang terjadi karena overstretch pada saat melakukan suatu aktivitas fisik, hypermobile, dan muscle weakness. Sehingga terjadi robekan ligament atau tendon yang menyebabkan terjadinya inflamasi, dan dapat menimbulkan rasa nyeri

bengkak, fungsi persendian terganggu, dan ketidakstabilan persendian..²

Cedera pergelangan kaki merupakan cedera yang sering dialami atlet selain cedera lutut. Cedera pada olahraga dapat disebabkan Latihan berlebihan, penggunaan berlebihan, pemanasan yang tidak tepat, dan Teknik yang salah.³ Dari 152 orang, 132 laki-laki dan 20 perempuan. Peserta pemula 19 orang, amatir 82 orang, dan professional 51 orang. Cedera ekstremitas bawah adalah yang paling umum terjadi pada semua kelompok. Hasil penelitian Alexandre cedera pergelangan kaki yang paling sering adalah *sprains* (49%), *fractures* (25%), *contusions* (17%), *fasciitis* (4%), *tendon injuries* (2%), *dislocations* (2%) and *bursitis* (1%).⁴

Cedera *ankle* merupakan kategori cedera kedua yang paling banyak terjadi setelah cedera genu dalam

olahraga. Riwayat cedera *ankle* dihubungkan dengan peningkatan risiko osteoarthritis, ketidakstabilan sendi, dan penurunan tingkat aktivitas fisik. Selain itu cedera *ankle* dalam jangka panjang juga dapat menyebabkan kecacatan, penurunan kualitas hidup dan penurunan fungsi sendi. Berdasarkan penelitian Yandra Widyatna dengan metode penelitian survey deskriptif kuantitatif. Dengan 30 responden atlet, hasil analisis tingkat presentase kejadian cedera *ankle* berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa perempuan memiliki riwayat kejadian cedera *ankle* lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, masing-masing sebesar 60,00% (18 orang) dan 40,00% (12 orang). Hasil analisis tingkat presentase kejadian cedera *ankle* berdasarkan cabang olahraga menunjukkan bahwa cabang olahraga *artistic gymnastics* memiliki riwayat kejadian cedera *ankle* lebih tinggi

dibandingkan dengan cabang olahraga basket, sepak bola, dan bulutangkis. Masing-masing sebesar 36,67% (11 orang), 26,67% (7 orang), dan 13,3% (4 orang). Berdasarkan hasil penelitian Yandra Widyatna dapat disimpulkan bahwa perempuan memiliki riwayat cedera *ankle* lebih tinggi dibandingkan laki-laki, sedangkan berdasarkan cabang olahraga nya menunjukan cabang olahraga *artistic gymnastic* memiliki riwayat kejadian cedera *ankle* lebih tinggi dibandingkan cabang olahraga basket, sepak bola, dan bulutangkis.

Berdasarkan *emergency department records* di Amerika serikat insiden *ankle sprain* paling tinggi terjadi pada usia antar 15 daan 19 tahun, namun berdasarkan jenis kelamin tingkat kejadian keseluruhan *sprain* pergelangan kaki tidak berbeda antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki berusia antara 14 tahun hingga 24

tahun memiliki resiko lebih tinggi terkena *sprain* pergelangan kaki dibandingkan lawan jenisnya dengan usia yang sama. Dan perempuan usia lebih dari 30 tahun memiliki tingkat resiko lebih tinggi terkena *sprain* pergelangan kaki dibandingkan dengan lawan jenisnya di usia yang sama.⁵

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan instrument pengukuran berat badan yang disesuaikan dengan tinggi badan, dihitung dengan cara berat badan dalam kilogram dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2). IMT ideal bagi orang dewasa adalah antara 18,5-24,9. Sedangkan $<18,5$ *underweight* badan, $>25-29,9$ dianggap *overweight*, dan >30 dianggap *obese*. Menurut data riset Kesehatan dasar di Indonesia tahun 2013. IMT orang Indonesia adalah 13% untuk dewasa usia 18 tahun ke atas masuk dalam kategori kelebihan berat badan dan 28,7%

masuk kedalam kategori obesitas.⁶ Berdasarkan hasil penelitian Alangari A A, Indeks Massa Tubuh yang lebih tinggi memiliki peningkatan resiko cedera *musculoskeletal*.⁷

1.2 Rumusan masalah

- Apakah ada hubungan indeks massa tubuh dengan banyaknya kejadian *ankle sprain* pada beladiri Muaythai?
- Apakah ada hubungan usia dengan kejadian *ankle sprain* pada Beladiri Muaythai?
- Apakah ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian *ankle sprain* pada Beladiri Muaythai?

1.3 Tujuan penelitian

- Mengetahui apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian *ankle sprain* pada beladiri muaythai
- Mengetahui apakah ada hubungan antara usia dengan kejadian *Ankle Sprain* pada beladiri muaythai
- Mengetahui apakah ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian *Ankle Sprain* pada beladiri muaythai

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teori

Peneliti dapat mengetahui dan memahami hubungan antara Indeks Massa Tubuh, usia, dan jenis kelamin dengan kejadian *ankle sprain* pada Beladiri Muaythai.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peserta latihan beladiri muaythai

Para peserta latihan beladiri Muaythai dapat mengetahui mengenai kesehatan dan resiko olahraga khususnya hubungan indeks massa tubuh, usia, dan jenis kelamin dengan kejadian *ankle sprain* dan mengerti pencegahannya.

2. Bagi pelatih

Para pelatih beladiri muaythai mengetahui dan dapat menentukan strategi latihan muaythai pada orang yang beresiko terkena *ankle sprain*.

3. Bagi masyarakat

Dapat mengetahui penyebab terjadinya cedera *ankle sprain* dan cara pencegahannya.

4. Bagi peneliti

Peneliti dapat lebih memahami dan dapat menerapkan ilmu metodologi penelitian dalam penelitian yang sebenarnya.