

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG PENGGUNAAN *KINESIO TAPE* DENGAN PENANGANAN CEDERA PADA ATLET SEPAK BOLA PANCA PRIMA FC DAN TIBUN FC KABUPATEN KAMPAR

Abdi Riski Saputra¹, Erlinawati², Apriza³

^{1,2,3}) Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Negara Indonesia

e-mail: abdiriskisaputra@gmail.com

Abstrak

Sepak bola adalah olahraga yang paling populer yang dimana popularitasnya sudah tidak diragukan lagi diseluruh dunia. Cedera dapat terjadi pada awal aktivitas olahraga maupun saat olahraga berlangsung, hal tersebut dapat dikarenakan kesalahan saat melakukan pemanasan, tingkat fleksibilitas yang buruk dan bisa karena faktor kelelahan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* dengan penanganan cedera pada atlet sepak bola Panca Prima FC dan Tibun FC Kabupaten Kampar. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dari penelitian ini yaitu *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala pengetahuan penggunaan *kinesio tape* dan skala penanganan cedera. Analisa data dilakukan menggunakan Uji *Chi-Square* dengan mengambil hasil signifikan *Continuity Correction*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 58,3% responden memiliki pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* kurang dan 55% responden memiliki penanganan cedera kurang baik. Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* dengan penanganan cedera (*Continuity Correction* = 0,025). Diharapkan kepada atlet untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* untuk penanganan pertama ketika cedera dan bagaimana penanganan cedera menggunakan *kinesio tape*.

Keyword: *Kinesio Tape*; Penanganan Cedera

Abstract

Football is the most popular sport whose popularity is undoubted all over the world. Injuries can occur at the beginning of sports activities or during exercise, it can be due to mistakes when warming up, poor flexibility levels and can be due to fatigue factors. The purpose of this study is to determine the relationship between knowledge about the use of *kinesio tape* and injury management in football athletes Panca Prima FC and Tibun FC Kampar Regency. This type of research is quantitative with a cross sectional research design. The sampling technique of this study is a total sampling with a sample of 60 respondents. Data were collected using *kinesio tape* use knowledge scale questionnaires and injury management scales. Data analysis was carried out using the Chi-Square Test by taking significant results of Continuity Correction. The results showed that 58.3% of respondents had less knowledge about the use of *kinesio tape* and 55% of respondents had poor injury handling. The results of bivariate analysis showed that there was a significant relationship between knowledge of the use of *kinesio tape* and injury management (*Continuity Correction* = 0.025). It is expected that athletes will further increase their knowledge about the use of *kinesio tape* for the first treatment of injuries and how to handle injuries using *kinesio tape*.

Keyword: *Injury Handling*; *Kinesio Tape*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu aktivitas yang dilakukan oleh seseorang untuk memberikan pelatihan bagi tubuh baik secara jasmani ataupun rohani (Hidayat et al., 2022). Olahraga merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang menghalangi aktivitas fisik dan mental yang berat. Seperti yang selalu dikatakan oleh para atlet "*mens sana in sano*" yang artinya di dalam badan yang kuat terdapat jiwa yang sehat,

sehingga setiap orang yang rutin berolahraga dapat mempunyai kesehatan jasmani dan rohani yang lebih baik dibandingkan mereka yang jarang atau tidak pernah sama sekali berolahraga (Rofik & Kafrawi, 2022). Dalam olahraga terdapat juga resiko seperti *sport injuries* (cedera olahraga), cedera olahraga merupakan semua jenis cedera yang terjadi, baik pada saat sesi latihan atau, saat pertandingan (kompetisi), atau setelah pertandingan, seperti sepak bola yang tidak asing lagi dengan yang namanya cedera (Hardyanto & Nirmalasari, 2020).

Sepak bola adalah olahraga yang paling populer yang dimana popularitasnya sudah tidak diragukan lagi diseluruh dunia. Sepak bola telah mengalami banyak perubahan dan perkembangan diseluruh dunia, mulai dari olahraga yang sederhana menjadi olahraga industri profesional. Pertandingan (kompetisi) terbesar dalam olahraga sepak bola adalah piala dunia (*world cup*) yang diselenggarakan pertama kalinya pada tahun 1930 di Uruguay dan lebih tepatnya pada tanggal 13 hingga 30 Juli 1930. Sepak bola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh 2 regu, setiap regu terdiri dari 11 orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Sepak bola adalah suatu permainan yang sulit dan menuntut karena sering terjadi kontak fisik antar pemain dan memerlukan daya tahan yang tinggi karena dimainkan selama 2x45 menit yang hal ini dapat meningkatkan resiko cedera. Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang dimana didalamnya banyak terdapat aksi-aksi eksplosif seperti akselerasi, deselerasi, menendang bola, perubahan arah bola dan melompat sehingga sering kali menimbulkan terjadinya cedera (Yanci et al., 2019).

Cedera (*injury*) awalnya diartikan sebagai peristiwa kekerasan yang mempengaruhi jaringan tubuh secara tiba-tiba, disertai kekerasan dan intensif. Dengan demikian cedera dianggap sebagai pengaruh merusak pada jaringan hidup melalui dampak eksogen autogenik secara fisik/mekanik yang terjadi satu kali atau lebih. Secara umum cedera adalah kondisi kerusakan atau gangguan serta luka yang dialami atau diderita oleh seseorang, dengan demikian cedera olahraga didefinisikan sebagai cedera yang terjadi ketika tubuh seseorang sedang berolahraga dan mengikuti pertandingan atau sesi latihan serta menyebabkan pemain tersebut melewatkan kompetisi atau sesi latihan lainnya (Gardner et al., 2019).

Di Amerika pada tahun 2018 angka kejadian cedera pada pemain sepak bola sebesar 58,7% dengan cedera yang paling umum terjadi pada pergelangan kaki sebesar 22,4%, cedera pada bagian paha sebesar 17,2%, dan cedera pada bagian kaki sebesar 9,1%. Cedera yang paling sering terjadi adalah cedera *strain hamstring*, cedera keseleo dan cedera *strain adduktor* (Mack, 2020). Tingkat prevalensi kejadian cedera dikalangan pemain sepakbola di Indonesia belum diketahui dengan jelas. Namun hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 menunjukkan bahwa cedera yang paling banyak terjadi pada pemain sepak bola di wilayah Yogyakarta adalah cedera pergelangan kaki sebesar 37,1%, cedera lutut sebesar 6,5% dan cedera betis sebesar 1,6% (Nirmalasari et al., 2020).

Tim sepakbola Panca Prima Fc dan Tibun Fc memiliki persentase cedera yang paling tinggi pada tahun 2024 yaitu 25%, sedangkan yang paling rendah adalah Resta Fc

yang persentase cederanya hanya 4,5%. Namun yang paling aktif dan rutin latihan adalah tim sepakbola Panca Prima Fc dan tim sepakbola Tibun Fc.

Faktor penyebab cedera pada sepakbola yaitu (1) (*External violence*) penyebab cedera yang terjadi dari luar seperti (a) Alat olahraga: sepatu dan bola. (b) Kondisi lapangan: licin, tidak rata dan becek. (2) (*Internal violence*) penyebab yang berasal dari diri sendiri, yaitu: (a) Faktor anatomi: Panjang kaki yang tidak sama, lengkungan kaki sama, kaki jinjit, sehingga mengganggu gerakan saat berlarim. (b) Latihan gerakan yang salah misalnya: teknik *shooting*. (c) Adanya kelemahan otot. (d) Tingkat kebugaran rendah. (3) (*Over use*) latihan terus menerus sehingga terlalu lelah, (a) Cedera ini terjadi karena pemakaian otot yang berlebihan: Gerakan latihan yang berlebihan dan berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama/mikrotrauma dapat menyebabkan cedera (Rukmana, 2021).

Atlet sepakbola dapat mengalami cedera seperti *sprain* (keseleo), *strain* (tegang), *knee injuries* (cedera lutut), *dislocation* (dislokasi), *concussion* (gegar otak), *contusions* (memar), dan *fracture* (patah tulang) Cedera tersebut direspon oleh tubuh dengan tanda kemerahan (*rubor*), bengkak (*tumor*), hangat (*kalor*), nyeri (*dolor*), dan disfungsi (*functiolaesa*). Ketika terjadi cedera, penanganan pertama yang cepat dan tepat (*first Aid*) sangat diperlukan agar mortalitas dan morbiditas cedera olahraga mendapatkan hasil yang baik (Martini et al., 2022).

Dengan banyaknya kasus cedera dan jenis cedera yang terjadi dalam olahraga sepakbola, maka munculah inovasi media di dalam dunia kesehatan dengan sebutan *kinesio tape*. *Kinesio Tape* digunakan oleh para atlet sebagai media untuk melindungi otot dari terjadinya cedera yang disebabkan oleh aktivitas olahraga dengan intensitas rendah sampai ke tinggi (Yuliawan & Setiawan, 2019). *Kinesio tape* sudah banyak digunakan di dalam dunia olahraga, yang meliputi sistem sendi, otot, tulang, dan jaringan penunjang di daerah sendi dan berbagai jenis cedera olahraga. *Kinesio tape* terbuat dari bahan yang tipis, sangat ringan, dan elastis (Ay et al., 2017). Apabila *kinesio tape* diaplikasikan pada area kulit, maka akan memberikan dampak terhadap proses aliran darah pada penggunaannya dan mampu memberikan efek penurunan tekanan pada area yang dipasangkan *kinesio tape* (Hasriani, 2021).

Kinesio tape mulai digunakan pertama kali pada tahun 1970. Awalnya, *kinesio tape* dikembangkan untuk menangani kasus cedera olahraga dan juga digunakan sebagai media penunjang jaringan tubuh yang mengalami suatu kerusakan (Krajczyk et al., 2020). Cara kerja dari *kinesio tape* yakni bekerja dengan memberikan regangan atau tarikan yang elastis setelah direkatkan di bagian tubuh yang memerlukan atau yang terjadinya cedera. Kemudian *kinesio tape* mampu mempengaruhi kinerja sistem neuromuskuler yakni pada bagian saraf dan otot pada penggunaannya (Irvan Affandi & Azizati Rochmania, 2021). *Kinesio tape* dapat memiliki efek samping, terutama jika teknik aplikasinya salah dan penggunaan tegangan yang berlebihan. Ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan atau nyeri di area yang dilapisi *kinesio tape*, memar atau iritasi karena tekanan yang tidak merata, dan penurunan sirkulasi darah di bawah *kinesio tape* yang dapat menyebabkan mati rasa atau sensasi kesemutan (Abbasi et al., 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi penanganan cedera adalah (1) Jenis dan tingkat cedera. (2) Waktu penanganan. (3) Ketersediaan fasilitas medis. (4) Pengetahuan dan keterampilan pertolongan pertama. (5) Usia dan kesehatan umum. (6) Sikap mental dan dukungan emosional (Hung et al., 2023).

Hubungan pengetahuan dengan penanganan cedera menggunakan *kinesio tape* sangat penting karena pengetahuan yang baik tentang teknik aplikasi *kinesio tape* dapat secara signifikan mempengaruhi hasil pemulihan cedera. Pengetahuan yang baik mengenai mekanisme kerja *kinesio tape* dan anatomi tubuh memungkinkan atlet untuk menerapkan *kinesio tape* dengan cara yang optimal. Atlet yang memahami bagaimana *kinesio tape* bekerja untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi peradangan, dan memberikan dukungan mekanis dapat lebih efektif dalam meredakan nyeri dan mempercepat pemulihan cedera (Hung et al., 2023).

Menurut penelitian Prihanto (2023) di SMA Negeri 1 Rejoso terdapat perbedaan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah diberikan treatment atau perlakuan terkait penggunaan *kinesio tape* untuk pencegahan cedera siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Rejoso yang dibuktikan dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yaitu $\text{sig} < \alpha$ ($0,000 < 0,05$). Selain itu, Palaimau (2016) juga melakukan penelitian tentang *kinesio tape* yang dilakukan pada *member fitness* di Kecamatan Depok, Sleman, Yogyakarta, hasil menunjukkan adanya peningkatan ROM sendi bahu secara signifikan pada gerakan fleksi p (0,000), ekstensi p (0,000), abduksi p (0,000), dan adduksi p (0,000). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *kinesio tape* mempunyai efek positif untuk pemulihan pasca cedera bahu.

Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan pada tanggal 5 Oktober 2024 dengan menyebarkan *e-kuesioner* terhadap atlet sepakbola yang berada di Kabupaten Kampar dari 13 tim yang ada dan diambil 25% atlet untuk menjadi responden, sehingga total responden survey awal kepada 80 atlet dari 320 atlet di Kabupaten Kampar. Berdasarkan hasil dari *e-kuesioner* sebelumnya dengan para atlet, rata-rata 92,5% setiap atlet pernah mengalami cedera dan didapatkan 95% kurangnya pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape*, yang dimana para atlet rata-rata menangani cederanya hanya dengan memberi cream pengurang rasa nyeri dan membawanya ke tukang urut dan tentu saja memiliki dampak bagi para atlet seperti resiko peradangan dan pembengkakan lebih lanjut serta sensasi panas pada kulit yang justru menambah ketidaknyamanan. Penggunaan plaster warna warni ini sering menjadi sorotan penonton dan lawan karena digunakan sebagai *fashion* atau *style* saja tanpa mengetahui bagaimana tahapan pemasangannya yang tepat, serta fungsi sebenarnya dari plaster *kinesio tape*. Masalah terakhir dari hasil *e-kuesioner* adalah pemasangan *kinesio tape* ini terlalu dekat dengan waktu aktivitas yang dilakukan, sehingga fungsi dari *kinesio tape* tidak dapat terwujud dengan baik.

Karena adanya beberapa permasalahan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara "Pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* dengan penanganan cedera pada atlet sepak bola Panca Prima Fc dan Tibun Fc Kabupaten Kampar".

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu waktu saat penelitian berlangsung (Nursalam, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet dari tim sepakbola Panca Prima Fc dan tim sepakbola Tibun Fc yaitu sebanyak 60 atlet. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel seluruh atlet tim sepakbola Panca Prima Fc dan tim sepakbola Tibun Fc menggunakan teknik sampling *Non probability sampling* dengan metode *Total sampling*. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner Skala Pengetahuan Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* dan Skala Penanganan Cedera. Penelitian ini menggunakan analisa data univariat dan analisa bivariat.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 7 Februari 2025. Jumlah responden sebanyak 60 atlet sepak bola. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* dengan penanganan cedera pada atlet sepak bola Panca Prima Fc dan Tibun Fc Kabupaten Kampar. Hasil penelitian ini dikelompokkan berdasarkan data univariat dan bivariat yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Karakteristik responden

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Umur Atlet

Umur	Frekuensi	Persentase(%)
16 Tahun	2	3,3
17 Tahun	3	5
18 Tahun	15	25
19 Tahun	5	8,3
20 Tahun	6	10
21 Tahun	4	6,6
22 Tahun	5	8,3
23 Tahun	5	8,3
24 Tahun	3	5
25 Tahun	7	11,6
27 Tahun	1	1,6
28 Tahun	1	1,6
29 Tahun	1	1,6
30 Tahun	1	1,6
31 Tahun	1	1,6
Total	60	100

Berdasarkan table 1 responden terbanyak adalah umur 18 tahun sebanyak 15 responden dengan persentase (25%).

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Asal Team

Asal Team	Frekuensi	Persentase(%)
Panca Prima FC	40	66,7
Tibun FC	20	33,3
Total	60	100

Berdasarkan tabel 2 responden terbanyak adalah dari team Panca Prima FC sebanyak 40 responden dengan persentase (66,7%).

Analisis Univariat

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* Pada Atlet Sepak Bola Panca Prima Fc dan Tibun Fc Kabupaten Kampar

Pengetahuan Tentang Penggunaan <i>Kinesio Tape</i>	Frekuensi	Persentase(%)
Kurang	35	58,3
Baik	25	41,7
Total	60	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui dari 60 responden (100%), menunjukkan bahwa Pengetahuan Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* terbanyak yaitu dalam kategori “Kurang Baik” sebanyak 35 responden (58,3%).

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Penanganan Cedera Pada Atlet Sepak Bola Panca Prima Fc dan Tibun Fc Kabupaten Kampar

Penanganan Cedera	Frekuensi	Persentase(%)
Kurang Baik	33	55
Baik	27	45
Total	60	100

Berdasarkan Tabel 4 dapat diketahui dari 60 responden (100%), menunjukkan bahwa Penanganan Cedera “Kurang Baik” dengan jumlah 33 responden (55%) merupakan yang terbanyak dalam penelitian ini.

Analisis Bivariat

Tabel 5: Hubungan Pengetahuan Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* dengan Penanganan Cedera pada Atlet Sepak Bola Panca Prima Fc dan Tibun Fc Kabupaten Kampar

Pengetahuan Tentang	Penanganan Cedera						<i>P</i>	POR/CI
	Kurang		Baik		Total			
Penggunaan	Baik						<i>Value</i>	(95%)
<i>Kinesio Tape</i>	n	%	n	%	n	%		
Kurang	24	68,6	11	31,4	35	100		3.879
Baik	9	36	16	64	25	100	0,025	(1.311- 11.474)
Total	33	55	27	45	60	100		

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 35 responden yang memiliki pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* kurang, sebanyak 11 responden (31,4%) yang “Baik” dalam penanganan cedera, sedangkan pada 25 responden yang memiliki pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* baik, sebanyak 9 responden (36%) yang “Kurang Baik” dalam penanganan cedera. Berdasarkan hasil penelitian menggunakan hasil uji statistik *Chi Square* didapatkan *P value* $0,025 < \text{Alpha}$ (0,05) artinya terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* dengan penanganan cedera. Besar estimasi resiko dengan nilai *Prevelence Odd Ratio* (POR) = 3.879 artinya responden dengan pengetahuan kurang beresiko 3.9 kali untuk melakukan penanganan cedera yang kurang dibandingkan dengan responden pengetahuan yang baik.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* dengan penanganan

cedera pada atlet sepak bola Panca Prima FC dan Tibun FC Kabupaten Kampar.

Dengan pengetahuan kinesiio tape para atlet baik hal ini menjadikan metode penggunaan kinesiio tape ini sebagai langkah pertama dalam ketika penanganan cedera dan dapat menghapus kebiasaan-kebiasaan atlet yang hanya menggunakan *kinesiio tape* tanpa pengetahuan yang benar dan hanya sebagai *style* saja, karena pengetahuan yang baik tentang aplikasi kinesiio tape dapat secara signifikan mempengaruhi hasil pemulihan cedera. Atlet dapat memahami bagaimana kinesiio tape bekerja untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi peradangan dan memberikan mekanisme dapat lebih efektif dalam meredakan nyeri dan mempercepat pemulihan cedera (Hung et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kristianto & Budi Prihanto (2023) yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah diberikan treatment atau perlakuan terkait penggunaan *kinesiology tape* untuk pencegahan cedera siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Rejoso, didapatkan hasil dari uji *wilcoxon signed rank test* yaitu $\text{sig} < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Dan juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasriani (2021) yang menyatakan bahwa didapatkan perubahan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian *kinesiio taping* yang dibuktikan dari hasil uji statistic yaitu diperoleh nilai $p = 0,000$ dimana ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat perubahan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian *kinesiio taping*.

Penelitian ini mengidentifikasi adanya kesenjangan dimana dari 35 responden yang memiliki pengetahuan tentang penggunaan *kinesiio tape* kurang, sebanyak 11 responden (31,4%) yang baik dalam penanganan cedera. Menurut asumsi peneliti penanganan cedera baik pada atlet disebabkan oleh faktor kemampuan imitasi dan adaptasi, atlet memperoleh keterampilan menangani cedera dengan meniru teknik yang diperoleh dari rekan seteam atau tim medis dan melakukan adaptasi terhadap teknik yang ditiru serta menyesuaikannya dengan kondisi cedera yang mereka alami. Selain itu faktor usia juga dapat berkontribusi terhadap kemampuan penanganan cedera ini, atlet yang lebih berusia atau berpengalaman cenderung telah mengalami berbagai situasi cedera sebelumnya, sehingga memiliki pembelajaran tidak langsung dan pengalaman empiris yang memperkaya kemampuan mereka dalam mengelola cedera secara mandiri. Kemampuan imitasi dan adaptasi serta usia merupakan salah satu faktor yang memungkinkan atlet untuk tetap memiliki penanganan cedera yang baik meskipun tingkat pengetahuan mereka terhadap *kinesiio tape* masih tergolong kurang.

Asumsi peneliti diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Lee & An (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan teoritis tentang penggunaan *kinesiio tape* meskipun penting tidak sepenuhnya menentukan hasil penanganan cedera. Banyak praktisi yang meskipun kurang mengetahui teori dasar dapat mengaplikasikan teknik dengan baik karena pembelajaran melalui teori *trial and error* serta pengamatan terhadap praktik terbaik yang dilakukan oleh rekan sejawat.

Sedangkan dari 25 responden yang memiliki pengetahuan tentang penggunaan *kinesiio tape* baik, sebanyak 9 responden (36%) yang kurang baik dalam penanganan cedera. Menurut asumsi peneliti penanganan cedera kurang disebabkan oleh faktor fisiologis, setiap individu memiliki kondisi tubuh yang berbeda-beda. Faktor seperti kulit yang sangat sensitif atau alergi terhadap bahan perekat yang digunakan pada *kinesiio tape* dapat menyebabkan iritasi gatal, bahkan reaksi alergi lokal yang berdampak pada kenyamanan dan keberhasilan pemasangan *tape* dalam waktu tertentu, reaksi tersebut dapat membuat atlet untuk tidak melanjutkan penanganan

cedera menggunakan *kinesio tape* demi menghindari ketidaknyamanan kulit. Asumsi peneliti diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Mark Pfefer (2023) yang menyatakan bahwa penggunaan *kinesio tape* memang bersifat aman secara umum, namun tetap perlu kehati-hatian terutama bagi individu yang memiliki sensitivitas kulit. Oleh karena itu, keberhasilan dalam penanganan cedera tidak hanya ditentukan oleh pemahaman atau pengetahuan terhadap metode, tetapi juga oleh kecocokan kondisi fisiologis terhadap penggunaan *kinesio tape* itu sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan Pengetahuan Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* Dengan Penanganan Cedera Pada Atlet Sepak Bola Panca Prima FC dan Tibun FC Kabupaten Kampar dapat ditarik kesimpulan:

1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pada Kategori Kurang Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* Pada Atlet Sepak Bola Panca Prima FC dan Tibun FC Kabupaten Kampar.
2. Distribusi Frekuensi Tingkat Penanganan Cedera Pada Kategori Kurang Baik Atlet Sepak Bola Panca Prima FC dan Tibun FC Kabupaten Kampar.
3. Adanya Hubungan Pengetahuan Tentang Penggunaan *Kinesio Tape* Dengan Penanganan Cedera Pada Atlet Sepak Bola Panca Prima FC dan Tibun FC Kabupaten Kampar.

SARAN

Menyarankan bagi pemain sepak bola untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang penggunaan *kinesio tape* untuk penanganan pertama ketika terjadi cedera olahraga dan bagaimana penanganan cedera menggunakan *kinesio tape* agar mencegah cedera lebih lanjut. Ketika akan melakukan pertandingan sepak bola disarankan agar melakukan pemanasan terlebih dahulu untuk membuat peregangan terhadap otot. Karena faktor penyebab cedera terjadi karena kurang nya dalam melakukan pemanasan. Disarankan agar meneliti dengan skala yang lebih luas dan melibatkan populasi yang lebih beragam seperti atlet dari berbagai cabang olahraga dan meneliti faktor-faktor lain dari variabel yang di teliti.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Kepada para pembimbing dan penguji
2. Kepada manager tim Panca Prima Fc dan Tibun Fc
3. Kepada seluruh responden
4. Kepada keluarga besar

DAFTAR PUSTAKA

- Abbasi, S., Hadian Rasanani, M. R., Ghotbi, N., Olyaei, G. R., Bozorgmehr, A., & Rasouli, O. (2020). Short-Term Effect Of Kinesiology Taping On Pain, Functional Disability And Lumbar Proprioception In Individuals With Nonspecific Chronic Low Back Pain: A Double-Blinded, Randomized Trial. *Chiropractic And Manual Therapies*, 28(1). <https://doi.org/10.1186/S12998-020-00349-Y>
- Abijar Algipari, M., Taqiyudin, A., Fadilah, F., & Armen Gemaël, Q. (2020). *Manfaat Kinesio Tape Bagi Atlet*.
- Analauw, I., Mogi, T., Damopolii, C., Studi Ilmu Kedokteran Fisik Dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, P., & Ilmu Kedokteran Fisik Dan Rehabilitasi Rsupprofdrdkandou Manado, K. (2018). *Penelitian*

Efektifitas Kinesio Taping Terhadap Nyeri Dan Performa Fungsional Pada Nyeri Punggung Bawah Mekanik.

- Ay, S., Konak, H. E., Evcik, D., & Kibar, S. (2017). The Effectiveness Of Kinesio Taping On Pain And Disability In Cervical Myofascial Pain Syndrome. *Revista Brasileira De Reumatologia*, 57(2), 93–99. <https://doi.org/10.1016/j.rbr.2015.12.004>
- Dharma, K. K. (2017). Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian. *Cv. Trans Info Media*. .
- Gardner, A. J., Quarrie, K. L., & Iverson, G. L. (2019). The Epidemiology Of Sport Related Concussion: What The Rehabilitation Clinician Needs To Know. In *Journal Of Orthopaedic And Sports Physical Therapy* (Vol. 49, Issue 11, Pp. 768–778). Movement Science Media. <https://doi.org/10.2519/jospt.2019.9105>
- Hardyanto, J., & Nirmalasari, N. (2020). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Penanganan Pertama Cedera Olahraga Pada Unit Kegiatan Mahasiswa (Ukm) Olahraga Di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta*.
- Hasriani. (2021). Pengaruh Kinesio Taping Terhadap Perubahan Fleksibilitas Pada Pelari Akibat Iliotibial Band Syndrome (Itbs). <http://repository.unhas.ac.id/443/id/eprint/7301>.
- Hidayat, Y., Hambali, B., & Tresdani, D. (2022). Construct Validity Of Emotional Intelligence Scale For Sports Students. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 7(2), 149–159. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v7i2.49836>
- Hung, M. H., Chen, H. Y., Chang, Y. C., Chiu, C. W., & Chang, H. Y. (2023). Effects Of The Direction Of Kinesio Taping On Sensation And Postural Control Before And After Muscle Fatigue In Healthy Athletes. *Scientific Reports*, 13(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-023-27801-2>
- Irmawatini, & Nurhaedah. (2017). *Metodologi Penelitian*.
- Irvan Affandi, M., & Azizati Rochmania, Dr. (2021). *Efek Aplikasi Kinesio Taping Terhadap Stabilitas Postural Pada Orang Sehat*.
- Janes, Sufendi, Donny, Lenny, Dheni, Cicielia, Ernawati, Annisaa, Yunita, Rahmiwati, Junaedi, Wirmando, Edi, Apriza, Tri, Sanny, Dwi, Anggun, & Ganif. (2021). *Asuhan Keperawatan Gawat Darurat*.
- Kasawara, K. T., Mapa, J. M. R., Ferreira, V., Added, M. A. N., Shiwa, S. R., Carvas, N., & Batista, P. A. (2018). Effects Of Kinesio Taping On Breast Cancer-Related Lymphedema: A Meta-Analysis In Clinical Trials. In *Physiotherapy Theory And Practice* (Vol. 34, Issue 5, Pp. 337–345). Taylor And Francis Ltd. <https://doi.org/10.1080/09593985.2017.1419522>
- Kim, M. K., & Shin, Y. J. (2017). Immediate Effects Of Ankle Balance Taping With Kinesiology Tape For Amateur Soccer Players With Lateral Ankle Sprain: A Randomized Cross-Over Design. *Medical Science Monitor*, 23, 5534–5541. <https://doi.org/10.12659/MSM.905385>
- Krajczyk, M., Krajczyk, E., Bogacz, K., Łuniewski, J., Lietz-Kijak, D., & Szczegielniak, J. (2020). The Possibility Of The Use Of Kinesio Taping In Internal, Oncologic, And Neurologic Diseases: A Systematic Review And Meta-Analysis. In *Explore* (Vol. 16, Issue 1, Pp. 44–49). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2019.07.017>.
- Kristianto, R., & Budi Prihanto, J. (2023). *Pengetahuan Dan Keterampilan Penggunaan Kinesiology Tape Untuk Pencegahan Cedera Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di Sma Negeri 1 Rejoso*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive><https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>

- Lee, K.-J., & An, K.-O. (2021). Effects Of Kinesiology Taping On Muscle Strength, Dynamic Balance, And Functional Movement In Wrestlers With Chronic Ankle Instability. *The Asian Journal Of Kinesiology*, 23(4), 21–28. <https://doi.org/10.15758/Ajk.2021.23.4.21>
- Mack, C. D. , K. R. W. , C. M. J. , S. K. Y. , W. L. J. , J. J. R. , W. E. M. , & A. R. B. (2020). Incidence Of Lower Extremity Injury In The National Football League: 2015 To 2018. *American Journal Of Sports Medicine*, 48(9), 2287–2294. .
- Mark Pfefer. (2023). Effects Of Kinesiology Taping For Pain, Disability, And Performance. https://research.cleveland.edu/effects-of-kinesiology-taping-for-pain-disability-and-performance/?utm_source=Com.
- Martini, M., Widiarta, B, G., & Putra, N, W, G. (2022). Sosialisasi Tindakan Pertolongan Pertama Pada Kasus Cedera Olahraga (Sport Medicine) Para Pemain Sepak Bola Di Desa Kubutambahan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa (Jpmf)*, 1(2), 63–68. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v1i2.563>
- Masturoh, I. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Eprints.Triatmamulya.Ac.Id*.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Moudy, J., & Syakurah, R. A. (2020). *Higeia Journal Of Public Health Research And Development Pengetahuan Terkait Usaha Pencegahan Coronavirus*. <https://doi.org/10.15294/Higeia/V4i3/37844>
- Nirmalasari, N., Nofiyanto, M., & Hidayati, W. R. (2020). Riwayat Kejadian Cedera Dan Penanganan Pertama Cedera Olah Raga Di Unit Kegiatan Mahasiswa. *Jhes (Journal Of Health Studies)*, 4(2), 38–44. <https://doi.org/https://doi.org/10.31101/jhes.1018>
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. *Salimba Medika*.
- Polie, J. Y., Sengkey, S. L., & Marpaung, E. (2020). Pengaruh Kinesio Taping Terhadap Nyeri Dan Kemampuan Fungsional Pada Hemiplegic Shoulder Pain Pasca Stroke. <http://ejournal.unsrat.ac.id>, 2.
- Ramadina, D. A. (2020). *Penerapan Teknik Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation (Price) Pada Penanganan Cedera Olahraga: Studi Literatur*. Repository.Upi.Edu
- Retnaningsih, R. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Alat Pelindung Telinga Dengan Penggunaannya Pada Pekerja Di Pt. X. *Journal Of Industrial Hygiene And Occupational Health*, 1(1), 67. <https://doi.org/10.21111/jihoh.v1i1.607>
- Rofik, M. N., & Kafrawi, F. R. (2022). Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Metode Prices. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(02), 245–252.
- Rukmana, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Rice (Rest, Ice, Compression, Elevation) Dengan Penerapan Penanganan Cedera Ankle Pada Pemain Sepak Bola Di Kecamatan Kutawaluya. *Skripsi Ade Rukmana*.
- Sastra, P. F. (2018). *Perbedaan Pengaruh Pemberian Kinesio Taping Dan Foam Roller Pada Latihan Eksentrik Otot Hamstring Terhadap Penurunan Nyeri Saat Kejadian Delay Onset Muscle Soreness (Doms)*.
- Widhiyanti, K. A. (2018). Cedera Olahraga; Pencegahan Dan Perawatan. *Yogyakarta: Pustaka Panasea*.
- Yanci, J., Iturri, J., Castillo, D., Pardeiro, M., & Nakamura, F. Y. (2019). Influence Of Warm-Up Duration On Perceived Exertion And Subsequent Physical Performance Of Soccer Players. *Biology Of Sport*, 36(2), 125–131. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2019.81114>
- Yuliawan, E., & Setiawan, I. B. (2019). Menggunakan Kinesio Taping Pada Sekolah Sepak Bola Lambur Ii. In *Cerdas Sifa, Edisi* (Vol. 1, Issue 2).
- Zein. (2018). *Kinesio Taping In Sports Medicine* .