

Pendampingan Mahasiswa Dalam Promosi Kesehatan Dan Keselamatan Olahraga Kepada Peserta Lomba *Skateboard* Festival Olahraga Rekreasi Nasional

Arwan Bin Laeto¹, Budi Santoso², Raissa Nurwany³, Alfian Hasbi⁴

^{1,2,3,4}Bagian Fisiologi dan Fisika Medik, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

*Corresponding author

E-mail: arwan@fk.unsri.ac.id (Arwan Bin Laeto)*

Article History:

Received: Februari 2024

Revised: Maret 2024

Accepted: Maret 2024

Abstract: Mahasiswa kedokteran memiliki tanggung jawab untuk memperoleh kompetensi tertentu, meliputi keterampilan komunikasi dan melakukan promosi kesehatan. Pengetahuan, keterampilan dan pengalaman mahasiswa pada cabang lomba skateboard masih minim. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mendampingi mahasiswa dalam meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan keterampilan komunikasi dan kemampuan melakukan promosi kesehatan dan keselamatan dalam cabang olahraga skateboard pada Festival Olahraga Rekreasi Nasional. Metode yang diterapkan adalah pendampingan, edukasi dan diskusi dengan tahapan kegiatan meliputi analisis pengetahuan, edukasi, pendampingan lapangan dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mahasiswa, yakni rata-rata skor pertanyaan komponen pertama dari 48,6 menjadi 81,3. Selanjutnya rata-rata skor pertanyaan komponen kedua dan ketiga masing-masing, 51,4 menjadi 79,6 dan 39,2 menjadi 85,5. Mahasiswa juga mengalami peningkatan keterampilan komunikasi yang terbukti melalui terlaksananya kegiatan promosi kesehatan dan wawancara serta diskusi teman sebaya, yang membahas tentang risiko, pencegahan dan penanganan cedera dalam cabang olahraga skateboard. Kegiatan pendampingan mahasiswa dalam kegiatan daerah perlu terus dilakukan sehingga mahasiswa memperoleh pengalaman yang lebih luas, khususnya pada aspek kesehatan dan keselamatan kegiatan dan kompetisi olahraga.

Keywords:

Cedera Olahraga, Pendampingan, Promosi, Skateboard

Pendahuluan

Cedera olahraga merupakan segala bentuk cedera yang terjadi selama saat latihan, berolahraga, sepanjang kompetisi olahraga dan pasca latihan maupun kompetisi olahraga selesai. Ketidakstabilan pergerakan komponen persendian tubuh akan berakibat pada gangguan dan cedera pada struktur di sekitarnya. Hal ini dapat

diperparah apabila kekuatan dan elastisitas jaringan penopang serta gerak sendi yang terjadi berlangsung secara tidak memadai dan tepat (Widhiyanti, 2018). Kejadian cedera ini dapat terjadi baik pada atlet profesional dan pemula, maupun individu yang gemar berolahraga. Cedera olahraga dapat terjadi akibat kecelakaan saat berolahraga atau berkompetisi, kurangnya proses pemanasan sebelum olahraga, teknik latihan yang buruk, penggunaan alat, sarana dan prasarana yang tidak memadai atau terstandar dan akibat penggunaan bagian tubuh tertentu secara berlebihan (Elmagd, 2016). Selain itu, tingkat cedera olahraga juga dapat dipengaruhi oleh bentuk olahraga yang dilakukan, yakni tanpa kontak fisik maupun adanya kontak fisik dengan individu lain saat berolahraga. Cedera olahraga paling tinggi terjadi pada atlet cabang olahraga yang melibatkan kontak fisik dan mobilitas tinggi serta cedera paling serius lebih berasosiasi terhadap aktivitas individu (Rensburg & Nolte, 2011).

Cedera yang timbul dalam olahraga dapat berdampak pada kesehatan tubuh dan terganggunya aktivitas harian serta penurunan performa olahraga. Cedera yang dapat dialami oleh tubuh dapat berupa cedera ringan, sedang hingga berat. Cedera olahraga seperti lecet dan memar merupakan contoh cedera ringan yang umumnya tidak menimbulkan kerusakan berarti pada jaringan tubuh. Dampak cedera ringan terlihat dari timbulnya bengkak pada anggota tubuh yang cedera, namun pada atlet profesional cedera ini tidak mempengaruhi performa latihan maupun kompetisi (Setiawan, 2011). Dampak cedera yang lebih besar, seperti cedera sedang dan berat dapat berdampak pada penurunan performa hingga pensiun dini dari kegiatan dan kompetisi olahraga. Cedera sedang yang dapat terjadi saat berolahraga meliputi luka otot, nyeri, bengkak secara nyata, *sprain* dan *strain* sehingga dapat mengganggu performa. Selanjutnya cedera berat dalam olahraga dapat berupa nyeri yang tidak dapat ditahan, fraktur dan nyeri tulang serta dislokasi sendi (Christoforidis, Papadakis, Lepetsos, & Balfousias, 2018).

Prevalensi cedera dalam olahraga beragam bergantung *event* dan karakter kelompok peserta pada suatu kegiatan atau kompetisi olahraga. Pada tahun 2013, dilaporkan bahwa kasus cedera olahraga pada PON XVIII di DKI Jakarta berjumlah 419 kasus. Berdasarkan sifat cedera yang terjadi sebanyak 269 kasus bersifat akut dan 150 bersifat kronis. Penelitian tersebut juga melaporkan bahwa terdapat empat jenis cedera yang terjadi, yaitu 29 cedera luka kulit, 159 cedera *sprain ligament*, 169 cedera *strain* otot dan 64 cedera fraktur (Junaidi, 2013). Selain itu, penelitian lain melaporkan bahwa perempuan merupakan kelompok yang paling sering cedera dalam berolahraga. Cedera olahraga juga paling sering terjadi pada anak-anak usia di atas

14 tahun, yakni anak laki-laki, khususnya dalam olahraga sepak bola yang dilaporkan mencapai 63% (Ismunandar, 2020).

Festival olahraga merupakan kegiatan perlombaan olahraga rekreasi yang memiliki tujuan untuk memperebutkan gelar atau bersifat ekshibisi, invasi dan persahabatan. Selanjutnya, olahraga rekreasi didefinisikan sebagai olahraga yang diselenggarakan oleh masyarakat berdasarkan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat, dalam hal ini nilai budaya Indonesia untuk memperoleh kesehatan jasmani dan spiritual, kebugaran serta kegembiraan (Timur, 2016). Festival Olahraga Nasional (FORNAS) tahun 2022 dilaksanakan di Kota Palembang. Dilaporkan bahwa sebanyak 11 ribu kontingen daerah di seluruh Indonesia mengikuti festival tersebut. Kegiatan ini menjadi momentum penting dalam merealisasikan industrialisasi olahraga rekreasi yang menjadi bagian penting dari program Kementerian Pemuda dan Olahraga Indonesia. Pada festival ini juga dipertandingkan sejumlah 55 induk olahraga nasional dan sebanyak 12 cabang olahraga rekreasi masyarakat, salah satunya adalah cabang lomba *skateboard* (Dennys, 2022).

Skateboard merupakan olahraga yang cukup digemari oleh sebagian besar remaja di dunia. Olahraga ini dapat mempengaruhi remaja untuk lebih aktif secara fisik. Namun, sebagian kelompok masyarakat menempatkan olahraga ini menjadi olahraga dengan risiko cedera yang besar, sehingga beberapa negara melarang remaja melakukan olahraga *skateboard* baik sebagai hobi maupun cabang kompetisi (Feletti & Brymer, 2018). Sebuah riset yang dilakukan tahun 2014 melaporkan bahwa kejadian cedera olahraga *skateboard* terjadi paling sering pada perempuan, yakni mencapai 10,7% dan dominan terjadi di lapangan perlombaan, yaitu sebanyak 24,6%. Cedera yang menimpa pemain *skateboard* meliputi cedera kepala dan leher sebanyak 13,1%, trauma neurologi 3,7% dan cedera ekstremitas anggota tubuh bawah (kaki, lutut dan paha) mencapai 24,7% (Keays & Dumas, 2014).

Mahasiswa kedokteran memiliki kewajiban untuk memperoleh dan menguasai beberapa kompetensi sesuai pedoman Standar Nasional Pendidikan Profesi Dokter Indonesia. Area kompetensi tersebut antara lain, keterampilan komunikasi efektif, pengembangan diri dan literasi sains atau landasan ilmiah. Berdasarkan pedoman tersebut juga mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan promosi kesehatan sebagai langkah pengembangan keterampilan dalam upaya preventif cedera atau gangguan kesehatan dalam masyarakat (Indonesia, 2019). Promosi kesehatan merupakan proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Selain itu, promosi kesehatan juga

bertujuan memberikan pemahaman, mengubah perilaku dan mendorong masyarakat untuk menjalankan pola hidup yang baik dan sehat. Sehingga mahasiswa kedokteran berperan dalam memberikan pemahaman dan wawasan kepada kelompok masyarakat tertentu untuk menimbulkan kesadaran menjaga kesehatan, melindungi diri dan meningkatkan derajat sehat diri dan lingkungan (Widyawati, 2020)

Berdasarkan uraian di atas, maka terdapat tiga hal yang membuat perlunya dilakukan pendampingan mahasiswa dalam festival olahraga rekreasi nasional khususnya cabang olahraga *skateboard*, yaitu: 1) kurangnya pengetahuan mahasiswa terkait olahraga *skateboard*, 2) belum ada pengalaman melakukan observasi kesehatan dan keselamatan dalam event olahraga, khususnya *skateboard*, 3) minimnya pengalaman mahasiswa melakukan promosi, khusus cabang olahraga *skateboard*. Kegiatan pengabdian yang dilakukan ini bertujuan untuk memberikan Pendampingan Mahasiswa Dalam Promosi Kesehatan dan Keselamatan Olahraga Kepada Peserta Lomba *Skateboard* Pada Festival Olahraga Rekreasi Nasional (FORNAS) Tahun 2022 Palembang.

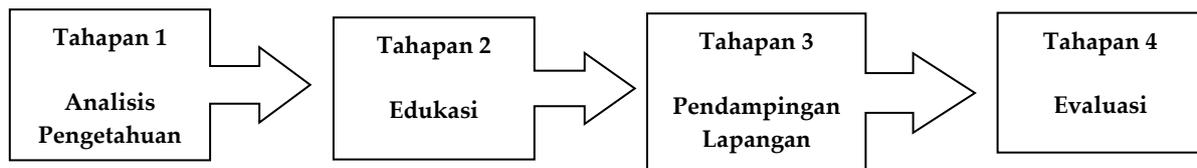
Metode

Kegiatan pengabdian ini mulai dilakukan pada tanggal 27 Juni hingga 7 Juli 2022. Tempat pelaksanaan dilakukan di dua tempat, yaitu Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan *Jakabaring Sport Centre* Palembang. Jumlah mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini sebanyak 38 mahasiswa Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan seorang dosen pendamping. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah metode edukasi, pendampingan dan diskusi teman sebaya.

Bentuk kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini meliputi: 1) analisis pengetahuan mahasiswa, 2) pemberian edukasi dan pendampingan mahasiswa dalam perencanaan kegiatan, 3) pendampingan mahasiswa dalam pelaksanaan promosi kesehatan dan keselamatan peserta *skateboard* FORNAS di lapangan perlombaan dan 4) evaluasi dan diskusi sebaya hasil pasca kegiatan. Pada tahapan analisis pengetahuan, mahasiswa diberikan pertanyaan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi menggunakan media *google form* yang kemudian dilakukan analisis rata-rata skor yang diperoleh melalui aplikasi *MS Excel*. Pertanyaan yang diberikan meliputi pemahaman tentang wawasan festival olahraga rekreasi nasional, pengetahuan cabang olahraga *skateboard* dan risiko cedera dalam olahraga tersebut, dan langkah serta teknik melakukan observasi dan promosi kesehatan kepada masyarakat, dalam hal ini kepada peserta cabang lomba *skateboard* FORNAS 2022.

Selanjutnya pada tahapan edukasi oleh dosen pendamping, mahasiswa dibekali pemahaman dan wawasan dalam melakukan observasi dan promosi kesehatan serta keselamatan dalam cabang olahraga *skateboard*. Edukasi ini dilanjutkan dengan sesi pendampingan kepada mahasiswa dalam penyusunan rencana kegiatan promosi kesehatan dan keselamatan di lapangan *Jakabaring Sport Centre*, tepatnya di lokasi cabang olahraga *skateboard* berlangsung.

Pada tahapan pendampingan di lapangan lomba cabang olahraga *skateboard*, dosen dan mahasiswa melakukan *briefing* guna *me-review* kembali rencana kegiatan yang telah disusun. Berikutnya, kelompok kecil mahasiswa yang telah dibentuk melakukan tugas masing-masing, meliputi tugas observasi dan dokumentasi proses perlombaan, wawancara dan promosi kesehatan serta keselamatan kepada peserta lomba *skateboard*. Selanjutnya, pada tahapan terakhir yakni evaluasi dan diskusi sebaya, mahasiswa memaparkan *journal reading* terkait cabang lomba *skateboard*, membagi pengalaman observasi dan hasil promosi kesehatan pada peserta *skateboard* serta melakukan diskusi terkait cedera dalam olahraga *skateboard* dan cara penanganannya bersama teman sebaya.



Gambar 1. Bagan Alir Kegiatan PKM

Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memperoleh hasil berupa peningkatan pengetahuan mahasiswa, perluasan wawasan dan pengalaman mahasiswa terkait promosi kesehatan dan bertambahnya keaktifan serta keterampilan mahasiswa.

Tabel 1. Rata-rata Skor Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi oleh Dosen Pendamping

No.	Komponen Pertanyaan	Rata-rata Skor Sebelum Edukasi	Rata-rata Skor Setelah Edukasi
1	Pengetahuan Tentang Festival Olahraga Rekreasi	48,6	81,3
2	Pengetahuan Tentang Olahraga <i>Skateboard</i> dan Risiko Cedera	51,4	79,6
3	Pengetahuan Tentang Teknik Observasi dan Promosi Kesehatan Kepada Masyarakat	39,2	85,5

Berdasarkan Tabel 1, hasil tes pengetahuan menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan mahasiswa setelah edukasi lebih baik dibandingkan sebelum edukasi diberikan. Pada komponen pertanyaan terkait festival olahraga rekreasi, skor pengetahuan mahasiswa yang menjawab benar sebelum edukasi rata-rata sebesar 48,6. Namun, setelah diberikan edukasi, rata-rata skor pengetahuan mahasiswa terkait hal seputar festival olahraga rekreasi meningkat menjadi 81,3. Selanjutnya, pada komponen pertanyaan seputar olahraga *skateboard* dan risiko cedera dalam olahraga ini, mahasiswa menunjukkan peningkatan pengetahuan dari pasca edukasi diberikan. Sebelum edukasi, rata-rata skor pengetahuan terkait *skateboard* hanya 51,4. Setelah diberikan edukasi oleh dosen pendamping, rata-rata skor pengetahuan mahasiswa terkait hal ini meningkat menjadi 79,6. Berikutnya, hasil pada Tabel 1 juga menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan mahasiswa terkait langkah dan teknik yang benar dalam melakukan promosi kesehatan kepada masyarakat. Rata-rata peningkatan pengetahuan mahasiswa terkait komponen ini mencapai 46,3.

Berikutnya, pada tahapan edukasi mahasiswa dikumpulkan melalui media *zoom meeting* dan diberikan pembekalan beberapa komponen pengetahuan dan keterampilan yang perlu dimiliki oleh mahasiswa. Materi edukasi yang diberikan meliputi bahasan tentang festival olahraga rekreasi nasional, olahraga *skateboard*, potensi cedera dalam olahraga *skateboard*, upaya pencegahan cedera dalam olahraga *skateboard*, teknis melakukan observasi dan dokumentasi serta promosi kesehatan dan keselamatan kepada peserta lomba *skateboard*.

Tabel 2. Topik Materi dan Link Video Edukasi Pada Mahasiswa

Topik Materi Edukasi	Link Rekaman Video Edukasi
Edukasi Olahraga dan Promosi Kesehatan dan Keselamatan Cabang Olahraga Rekreasi <i>Skateboard</i> Pada Festival Olahraga Rekreasi Nasional	https://www.youtube.com/watch?v=Fy8v1dsBBI8

Pada tahapan edukasi seperti yang terdapat dalam video di Tabel 2, dosen pendamping menyampaikan materi edukasi dan disisipkan sesi tanya jawab seputar materi yang disampaikan. Pada pembahasan tentang festival olahraga rekreasi, mahasiswa diberi wawasan terkait sejarah singkat diselenggarakannya festival tersebut dan Kota Palembang diberi kepercayaan untuk menjadi tuan rumah pada Festival Olahraga Rekreasi Nasional Tahun 2022. Selain itu, mahasiswa memperoleh

pemahaman tentang peran mahasiswa kedokteran yang dituntut untuk memiliki kompetensi tertentu, yakni kemampuan melakukan observasi, analisis dan komunikasi efektif melalui kegiatan wawancara kepada peserta lomba *skateboard*.

Pada proses edukasi ini juga mahasiswa memperoleh informasi terkait aspek keselamatan dan tindakan preventif terhadap potensi cedera dalam olahraga *skateboard*. Aspek preventif cedera dalam olahraga *skateboard* meliputi penggunaan kelengkapan perlindungan diri, lapangan tempat dilakukan olahraga *skateboard* dan waktu olahraga tersebut dilakukan. Kelengkapan perlindungan diri yang perlu digunakan dalam olahraga *skateboard* meliputi, *helmet*, pelindung pergelangan tangan, lutut dan siku serta sepatu dengan lebar telapak yang luas dan mencengkam. Selain itu, lapangan tempat olahraga *skateboard* harus rata dan mulus, sehingga potensi terjatuh menjadi lebih kecil.

Materi edukasi dilanjutkan dengan membekali mahasiswa tentang langkah-langkah melakukan observasi di lapangan lomba *skateboard* berlangsung. Mahasiswa disarankan untuk melakukan pengamatan terhadap aktivitas dan sikap peserta lomba, sarana prasarana yang digunakan oleh peserta lomba dan yang disiapkan oleh panitia pelaksana lomba serta aspek medis yang terdapat di lokasi perlombaan. Hasil observasi dapat berupa video maupun foto. Selanjutnya, mahasiswa disarankan untuk melakukan wawancara terhadap peserta dan *coach* lomba *skateboard* guna menambah pengetahuan empiris mahasiswa.

Tahapan di kegiatan utama pendampingan mahasiswa ini dilakukan di *Jakabaring Sport Centre*. Sebelum mahasiswa melakukan observasi, promosi kesehatan dan wawancara, dosen pendamping memberikan *briefing* kepada mahasiswa. Hal ini dilakukan guna menyegarkan kembali terhadap mahasiswa terkait tujuan dan hal-hal penting lainnya yang perlu diperhatikan selama kegiatan tersebut.



Gambar 2. Mahasiswa Melakukan *Briefing* Sebelum Kegiatan Dimulai



Gambar 3a. Mahasiswa Melakukan Observasi (Memotret) Lomba *Skateboard*



Gambar 3b. Mahasiswa Melakukan Observasi (Merekam) Lomba *Skateboard*



Gambar 4. Mahasiswa Melakukan Promosi Kesehatan dan Keselamatan Kepada Peserta Olahraga *Skateboard*

Berdasarkan Gambar 2, mahasiswa proses *briefing* sebagai langkah *me-review* kembali hal-hal penting yang perlu dilakukan dalam kegiatan lapangan tersebut. Mahasiswa bersama dosen pendamping mengidentifikasi lokasi tempat melakukan observasi selama lomba berlangsung agar hasil yang diperoleh dapat representatif menggambarkan seluruh aspek kesehatan dan keselamatan dalam pelaksanaan cabang olahraga *skateboard* tersebut. Selain itu, mahasiswa juga menentukan strategi peserta dan pelatih yang akan diwawancarai guna mengetahui persepsi kesehatan dan keselamatan dalam olahraga *skateboard*. Mahasiswa juga melakukan komunikasi efektif dengan tim medis yang bertugas pada cabang olahraga *skateboard* tersebut.

Selanjutnya pada Gambar 3a dan 3b, mahasiswa melakukan observasi tentang pelaksanaan cabang lomba *skateboard*. Selain itu, mahasiswa juga merekam sikap peserta lomba, baik sebelum bertanding (persiapan atau pemanasan), saat bertanding maupun pasca bertanding. Kegiatan observasi yang dilakukan membantu mahasiswa untuk mengidentifikasi dan lebih memahami faktor-faktor apa saja yang dapat memicu cedera pada peserta lomba *skateboard* tersebut. Di samping itu, observasi yang

dilakukan dapat menjadi pengalaman empiris bagi mahasiswa terkait hal-hal kesehatan dan keselamatan apa saja yang perlu diperhatikan oleh peserta, pelatih dan panitia pelaksana lomba tersebut.

Berikutnya pada Gambar 4, mahasiswa melakukan promosi kesehatan dan keselamatan dalam olahraga *skateboard*. Pada kegiatan ini, mahasiswa berkomunikasi langsung dengan peserta lomba dan menyampaikan aspek-aspek penting yang perlu diperhatikan, baik sebelum lomba atau saat pemanasan maupun saat *perform* dan pasca lomba. Tambahan lagi, mahasiswa menjelaskan bahwa peserta *skateboard* yang tidak memperhatikan keselamatan berpotensi mengalami cedera, seperti pergelangan terkilir, trauma lutut dan siku, keseleo, patah tulang hingga cedera kepala.



Gambar 5a. Mahasiswa Melakukan Wawancara Kepada Peserta *Skateboard*



Gambar 5b. Mahasiswa Melakukan Wawancara Kepada Pelatih *Skateboard*

Kegiatan lapangan selanjutnya, yakni wawancara seperti pada Gambar 5a dan 5b dilakukan pada dua individu yaitu peserta lomba dan pelatih lomba *skateboard*. Pada sesi ini, mahasiswa memperoleh pengalaman menerapkan komunikasi efektif terhadap peserta dan pelatih olahraga *skateboard*. Mahasiswa aktif menanyakan hal-hal penting yang berkaitan dengan olahraga *skateboard*, meliputi pengalaman peserta dan pelatih dalam cabang olahraga *skateboard*, aspek kesehatan dan keselamatan olahraga *skateboard* dan tindakan preventif serta penanganan cedera dalam olahraga tersebut.

Rekaman video kegiatan *briefing* mahasiswa, observasi lapangan, promosi kesehatan dan keselamatan serta proses wawancara mahasiswa kepada peserta dan pelatih lomba *skateboard* dapat dilihat pada *link* video yang terdapat dalam Tabel 3 No.1.

Tabel 3. Bentuk Pendampingan dan Link Rekaman Video Kegiatan

No.	Bentuk Pendampingan	Link Rekaman Video Kegiatan
1.	Briefing Mahasiswa, Observasi Lapangan, Promosi Kesehatan dan Keselamatan serta Wawancara Peserta Lomba <i>Skateboard</i>	https://www.youtube.com/watch?v=tYf3Z838jh4
2.	Evaluasi Kegiatan Lapangan Dalam Pendampingan Mahasiswa	https://www.youtube.com/watch?v=as9F5wNTutY

Berdasarkan Tabel 3, kegiatan pendampingan mahasiswa dilanjutkan dengan tahapan evaluasi kegiatan lapangan serta diskusi teman sebaya. Pada tahapan evaluasi ini, mahasiswa berbagi pengalaman selama di lapangan tempat dilaksanakannya lomba *skateboard* pada Festival Olahraga Rekreasi Nasional. Mahasiswa menjadi aktif berbagi hasil observasi, wawancara dan respons promosi kesehatan dan keselamatan yang telah diberikan kepada peserta dan pelatih cabang olahraga *skateboard*. Mahasiswa menyampaikan bahwa selama observasi, kebanyakan peserta tidak memperhatikan aspek keselamatan dalam lomba, baik saat pemanasan, penampilan dan pasca lomba. Banyak dari peserta lomba tidak menggunakan alat pelindung diri, terutama pelindung pergelangan tangan. Sehingga, mahasiswa melakukan edukasi kepada peserta untuk mengenakan alat perlindungan diri selama kompetisi berlangsung. Selain itu, mahasiswa juga berbagi informasi hasil wawancara bersama peserta dan pelatih olahraga *skateboard*. Mahasiswa menyampaikan hasil wawancara bersama peserta di mana rata-rata peserta lomba *skateboard* mulai menggeluti olahraga tersebut sejak kecil. Selain itu, ada beberapa peserta menyukai cabang olahraga ini karena mengikuti jejak orang tua yang telah menjadi *skateboarder* profesional.

Pada sesi diskusi ini juga, mahasiswa menyampaikan informasi bahwa menurut pelatih yang diwawancarai, peserta *skateboard* selain dilatih teknik *perform skateboard*, peserta juga diajarkan cara jatuh yang benar guna mengurangi risiko cedera dalam olahraga tersebut. Mahasiswa juga berbagi pengalaman wawancara bersama pelatih terkait penanganan jika ada peserta atau anak didik mengalami cedera. Beberapa pelatih menyampaikan bahwa tindakan penanganan cedera yang umum dilakukan adalah pemberian *ice spray* dan cairan betadin. Selain itu, jika cedera terlalu parah, maka tindakan yang dilakukan adalah *massage* hingga perawatan ke rumah sakit atau dokter fisioterapi. Video rekaman tahapan evaluasi dan diskusi hasil kegiatan lapangan pendampingan mahasiswa pada cabang olahraga *skateboard* dalam

Festival Olahraga Rekreasi Nasional dapat dilihat pada *link* video Tabel 3 No.2.

Pengabdian kepada masyarakat ini berimplikasi pada peningkatan pengetahuan mahasiswa terkait cabang olahraga meliputi aspek teknis pelaksanaannya, aspek keselamatan dan potensi kecelakaan yang dapat terjadi dalam olahraga *skateboard*. Selain itu, melalui kegiatan ini juga terjadi peningkatan keterampilan mahasiswa dalam menyusun rencana dan pelaksanaan edukasi kesehatan dan keselamatan berolahraga atau kompetisi *skateboard*. Sehingga, melalui kegiatan edukasi tersebut, keterampilan komunikasi efektif mahasiswa turut ikut berkembang sebagai upaya memenuhi kompetensi pendidikan dokter.

Diskusi

Pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui pendampingan mahasiswa diawali dengan pemberian edukasi, yang mana di dalamnya disisipkan tahapan *pre-test* dan *post-test*. Tahapan *pre-test* dan *post-test* merupakan bagian dari evaluasi awal sebelum dilakukan kegiatan utama di lapangan. Langkah ini bertujuan mengukur pengetahuan awal mahasiswa terkait suatu topik pembelajaran, dalam hal ini adalah edukasi dan promosi kesehatan dan keselamatan dalam olahraga (Magdalena, Annisa, Ragin, & Ishaq, 2021). Upaya peningkatan pengetahuan mahasiswa melalui metode *pre-test* dan *post-test* dapat mempengaruhi motivasi mahasiswa untuk dapat mengikuti edukasi secara baik, serius dan penuh perhatian. Saat mahasiswa mengetahui hasil *pre-test* rendah atau kurang memuaskan, maka mahasiswa termotivasi untuk mempersiapkan diri agar mampu mendapat hasil yang lebih baik saat dilakukan *post-test*. Hal ini menimbulkan semangat mahasiswa untuk meningkatkan pengetahuan melalui sikap memberi perhatian serius pada pemaparan materi edukasi yang disampaikan oleh dosen pendamping (Meylani & Suharsono, 2017). Selain ini, pemberian *pre-test* dan *post-test* mampu memberi gambaran kepada dosen pendamping tentang kesiapan mahasiswa untuk melakukan kegiatan lapangan. Sehingga, sebelum diberikan *post-test* kepada mahasiswa, maka dosen pendamping dapat memberikan penekanan tertentu pada materi edukasi yang masih kurang dikuasai oleh mahasiswa (Adri, 2020).

Selanjutnya, edukasi yang diberikan oleh dosen pendamping juga membekali mahasiswa tentang cabang olahraga yang dipertandingkan dalam festival tersebut, khususnya cabang lomba *skateboard*. *Skateboard* merupakan salah satu olahraga yang memiliki tujuan untuk meningkatkan keaktifan fisik anak-anak, remaja dan dewasa muda. Cabang olahraga ini paling banyak diminati oleh kelompok laki-laki, yakni sekitar 91% dan 35% remaja yang aktif dalam olahraga *skateboard* ini adalah yang

berusia 13-16 tahun (Wood, Carter, & Martin, 2014). Cabang olahraga ini juga dilaporkan menjadi kegiatan fisik yang tingkat penggunaan energi metabolismenya mencapai 12,5 kali dari energi istirahat. Olahraga ini juga diketahui memiliki manfaat pada kesehatan mental seperti mampu membangun kepercayaan diri, meningkatkan kompetensi sosial dan sikap saling menghormati dan kolaborasi (Jenson, Swords, & Jeffries, 2012).

Di samping itu, mahasiswa juga memperoleh wawasan terkait potensi cedera yang mungkin dapat dialami oleh peserta lomba *skateboard*. Cabang olahraga *skateboard* dilaporkan menjadi salah satu olahraga atau aktivitas fisik yang menjadi penyebab cedera paling banyak pada kelompok remaja maupun dewasa muda, sehingga edukasi, promosi kesehatan, keselamatan pencegahan cedera menjadi sangat perlu dilakukan secara kontinu (McKenzie, Fletcher, Nelson, Robert, & Klein, 2016). Cedera olahraga *skateboard* dapat terjadi pada tiga bagian tubuh, yaitu kepala, ekstremitas (alat gerak tubuh) atas dan ekstremitas bawah. Pada bagian kepala, cedera yang dapat timbul dari olahraga *skateboard* adalah benturan, patah hitung dan rahang, robek kulit kepala dan pingsan hingga kematian. Selanjutnya, cedera bagian ekstremitas atas dapat berupa cedera pergelangan tangan, terkilir dan cedera bahu sebagai akibat hilangnya keseimbangan saat melakukan gerakan tertentu. Pada bagian ekstremitas bawah, cedera yang sering terjadi adalah keseleo pergelangan kaki dan patah tulang (Feletti & Brymer, 2018). Dosen pendamping mahasiswa juga menyampaikan informasi penting terkait aspek keselamatan olahraga *skateboard*, khususnya waktu terbaik melakukan olahraga tersebut. Olahraga *skateboard* disarankan dilakukan pada pagi atau sore hari, bukan pada malam hari. Namun, jika harus dilakukan pada malam hari, maka perlu dipastikan pencahayaan lapangan *skateboard* harus optimal (Sadeghian, 2017).

Pada tahapan pendampingan, dosen pembimbing melakukan *briefing* kepada mahasiswa sebelum melakukan promosi kesehatan dan keselamatan kepada peserta lomba *skateboard*. *Briefing* merupakan langkah dalam suatu kegiatan kelompok dan biasa juga diartikan sebagai pengarahan. Langkah ini dilakukan oleh seseorang dalam sebuah kelompok yang dianggap lebih berpengalaman atau berkompeten dalam suatu kegiatan. *Briefing* penting dilakukan sebagai upaya menumbuhkan semangat, motivasi, kesadaran dan sikap kolaboratif dalam diri setiap anggota kelompok yang ikut terlibat dalam menyelesaikan tugas atau amanah agar pekerjaan tersebut terselesaikan sesuai rencana dengan baik dan efektif (Robaya, Sunarsih, & Kamalia, 2021).

Selanjutnya, kelompok mahasiswa melakukan observasi lapangan dengan

mencatat fasilitas tempat pelaksanaan lomba, aksesoris keselamatan yang digunakan peserta lomba dan proses pelaksanaan lomba yang berlangsung. Metode observasi mampu meningkatkan pemahaman mahasiswa terkait suatu fenomena yang diamati secara langsung, baik berupa gambaran umum maupun informasi detail yang terdapat di dalam kegiatan tersebut. Observasi juga menjadi proses penting pada mahasiswa karena melalui kegiatan ini, mahasiswa memperoleh ilmu dan pengalaman langsung serta dapat memberi tanggapan positif terhadap kegiatan yang diamati (Joesyiana, 2018). Selama observasi, mahasiswa juga melakukan komunikasi kepada peserta lomba. Mahasiswa menyampaikan kepada peserta bahwa pentingnya mempertahankan penggunaan alat-alat pelindung diri seperti *helmet*, *knee pad*, pelindung pergelangan tangan dan siku serta sepatu dengan telapak yang lebar (Sadeghian, 2017). Mahasiswa juga menyampaikan bahwa terdapat laporan yang menyatakan peserta *skateboard*, terutama laki-laki dewasa muda paling sering mengalami cedera kepala akibat olahraga *skateboard*, yaitu mencapai 92% (Tominaga, Schaffer, Dandan, Coufal, & Kraus, 2015).

Berikutnya, selama kegiatan lapangan tersebut, mahasiswa juga melakukan beberapa sesi wawancara, baik terhadap peserta maupun pelatih. Wawancara merupakan metode komunikasi yang membantu mahasiswa untuk memperoleh informasi primer dan lebih mendalam terkait pengalaman dari individu tertentu. Melalui metode ini, mahasiswa mengalami peningkatan keterampilan verbal dan sikap ilmiah dalam menemukan fakta empiris individu, dalam hal ini peserta dan pelatih *skateboard* yang telah beberapa tahun aktif pada cabang olahraga *skateboard* tersebut (Winardi, Fatmawati, & Bastian, 2018). Selanjutnya, pada tahapan evaluasi kegiatan pendampingan ini, dosen pendamping melakukan diskusi bersama kelompok mahasiswa. Diskusi yang dilakukan pada sesi ini juga membahas jurnal tentang faktor risiko, tindakan preventif dan penanganan cedera pada penggiat cabang olahraga *skateboard*, baik amatir maupun profesional (Ou, Chen, & Yeh, 2021).

Kesimpulan

Pengabdian kepada masyarakat melalui pendampingan mahasiswa berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa dalam proses pembelajaran yang melibatkan beberapa kegiatan meliputi observasi, promosi kesehatan dan keselamatan, wawancara dan diskusi teman sebaya pada cabang olahraga *skateboard* selama Festival Olahraga Rekreasi Nasional Tahun 2022 di Palembang. Kegiatan pendampingan ini perlu dijadikan kegiatan pembelajaran rutin dengan mengikuti program olahraga tahunan pemerintah daerah sebagai cara efektif

dalam menambah pengetahuan, wawasan dan keterampilan serta pengalaman bagi mahasiswa.

Daftar Referensi

- Adri, R. F. (2020). Pengaruh Pre-Test Terhadap Tingkat Pemahaman Mahasiswa Program Studi Ilmu Politik Pada Mata Kuliah Ilmu Alamiah Dasar. *Jurnal Menara Ilmu*, 14(1), 81-85. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1742>.
- Christoforidis, C., Papadakis, S., Lepetsos, P., & Balfousias, T. (2018). Acute Compartment Syndrome of The Foot After An Ankle Sprain: A Case Report. *Journal of Research and Practice on The Musculoskeletal System*, 2(2), 67-71. https://www.researchgate.net/publication/325437109_Acute_compartment_syndrome_of_the_foot_after_an_ankle_sprain_a_case_report.
- Dennys, F. (2022). *FORNAS VI Digelar di Palembang pada 1-7 Juli*. Jakarta. <https://bola.kompas.com/read/2022/07/02/13000018/fornas-vi-digelar-di-palembang-pada-1-7-juli#:~:text=KOMPAS.com%20%2D%20Festival%20Olahraga%20Rekreasi,dan%20dipimpin%20Menpora%20Zainudin%20Amali.:Kompas.com>.
- Elmagd, M. A. (2016). Common Sports Injuries. *International Journal of Physical Education, Sport and Health*, 3(5), 142-148. https://www.researchgate.net/publication/307393137_Common_sports_injuries.
- Feletti, F., & Brymer, E. (2018). Pediatric and Adolescent Injury in Skateboarding. *Research in Sports Medicine An International Journal*, 26(1), 129-149. DOI:10.1080/15438627.2018.1438285.
- Indonesia, K. K. (2019). *Standar Nasional Pendidikan Profesi Dokter Indonesia*. Jakarta: Konsil Kedokteran Indonesia. <https://med.unhas.ac.id/kedokteran/wp-content/uploads/2020/01/Final-SNPPDI-20092019.edit20102019.pdf>.
- Ismunandar, H. (2020). Cedera Olahraga Pada Anak dan Pencegahannya. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1), 34-44. <http://repository.lppm.unila.ac.id/26731/1/2764-3481-1-PB.pdf>.
- Jenson, A., Swords, J., & Jeffries, M. (2012). The Accidental Youth Club: Skateboarding in Newcastle-Gateshead. *Journal of Urban Design*, 17(3), 371-388. DOI:10.1080/13574809.2012.683400.
- Joesyiana, K. (2018). Penerapan Metode Pembelajaran Observasi Lapangan (Outdoor Study) Pada Mata Kuliah Manajemen Operasional. *PeKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi*, 6(2), 90-103. <https://journal.uir.ac.id/index.php/Peka/article/view/2740>.
- Junaidi. (2013). Cedera Olahraga Pada Atlet Pelatda PON XVIII DKI Jakarta. *Jurnal Fisioterapi*, 13(1), 12-16. <https://ejournal.esaunggul.ac.id/index.php/Fisio/article/view/642>.
- Keays, G., & Dumas, A. (2014). Longboard and Skateboard Injuries. *International Journal of The Care of The Injured*, 45(8), 1215-1219. DOI:10.1016/j.injury.2014.03.010.
- Magdalena, I., Annisa, M. N., Ragin, G., & Ishaq, A. R. (2021). Analisis Penggunaan Teknik Pre-Test dan Post-Test Pada Mata Pelajaran Matematika Dalam Keberhasilan Evaluasi Pembelajaran Di SDN Bojong 04. *Nusantara : Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(2), 150-165. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/nusantara/article/view/1250>.
- McKenzie, L. B., Fletcher, E., Nelson, N. G., Robert, K. J., & Klein, E. G. (2016). Epidemiology of Skateboarding-related Injuries Sustained by Children and Adolescents 5-19 Years of Age and Treated in US Emergency Departments: 1990 Through 2008. *Injury Epidemiology*, 3(10), 1-8. DOI:10.1186/s40621-016-0075-6.

- Meylani, V., & Suharsono. (2017). Pengaruh Pre Test Terhadap Tingkat Pemahaman Mahasiswa Calon Guru Biologi Pada Materi Praktikum Pewarnaan Gram Mata Kuliah Mikrobiologi. *Bioedusiana*, 2(1), 103-108. <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/bioed/article/view/231>.
- Ou, Y.-K., Chen, Z.-W., & Yeh, C.-N. (2021). Postural Control and Functional Ankle Stability in Professional and Amateur Skateboarders. *Healthcare*, 9(1009), 1-11. <https://doi.org/10.3390/healthcare9081009>.
- Rensburg, D. C., & Nolte, K. (2011). Sports Injuries in Adults: Overview of Clinical Examination and Management. *South African Family Practice*, 53(1), 21-27. https://www.researchgate.net/publication/257145296_Sports_injuries_in_adults_Overview_of_clinical_examination_and_management.
- Robaya, E., Sunarsih, & Kamalia, L. (2021). Efektivitas Briefing Terhadap Kinerja Petugas Kesehatan DI Badan Layanan Umum Daerah Rumah Sakit Benyamin Guluh. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 16(2), 207-211. DOI: <https://doi.org/10.32382/medkes.v16i2.1078>.
- Sadeghian, H. (2017). Factors Influencing Helmet Use, Head Injury, and Hospitalization Among Children Involved in Skateboarding and Snowboarding Accidents. *The Permanente Journal*, 21(2), 1-9. DOI:10.7812/TPP/16-161.
- Setiawan, A. (2011). Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1), 94-98. <https://doi.org/10.15294/miki.v1i1.1142>.
- Timur, G. K. (2016). *Peraturan Daerah Provinsi Kalimantan Timur Nomor 5 Tahun 2016 Tentang Penyelenggaraan Keolahragaan*. Samarinda: Pemerintah Provinsi Kalimantan Timur. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/20973>.
- Tominaga, G. T., Schaffer, K. B., Dandan, I. S., Coufal, F. J., & Kraus, J. F. (2015). Head Injuries in Hospital-Admitted Adolescents and Adults with Skateboard-Related Trauma. *Brain Injury*, 29(9), 1-7. DOI:10.3109/02699052.2014.989404.
- Widhiyanti, K. A. (2018). *Pencegahan Dan Perawatan Cedera Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Panasea. http://repo.mahadewa.ac.id/id/eprint/2242/1/APPROVAL%20-%20PENGEAHAN%20DAN%20PERAWATAN%20CEDERA%20OLAHRAGA-COMBINE_compressed.pdf.
- Widyawati. (2020). *Pendidikan dan Promosi Kesehatan Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Medan: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binalita Sudama Medan. <https://www.coursehero.com/file/141048216/buku-ajar-pendidikan-dan-promosi-kesehatan-buk-widyapdf/>.
- Winardi, R. D., Fatmawati, D., & Bastian, I. (2018). Metode Wawancara. In R. D. Winardi, D. Fatmawati, & I. Bastian, *Metoda Pengumpulan dan Teknik Analisis Data* (pp. 1-42. https://www.researchgate.net/publication/331556677_Metoda_Wawancara). Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Wood, L., Carter, M., & Martin, K. (2014). Dispelling Stereotypes... Skate Parks as a Setting for Pro-Social Behavior among Young People. *Current Urban Studies*, 2(1), 62-73. DOI:10.4236/cus.2014.21007.