

PENGETAHUAN CEDERA OLAHRAGA PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIMED

Nurhayati Simatupang,

ABSTRAK

Setiap pelaku olahraga memiliki resiko mengalami cedera saat melakukan aktivitas fisik seperti pada pendidikan jasmani, olahraga prestasi maupun olahraga kebugaran. Setiap lulusan dan mahasiswa FIK diharapkan memiliki kemampuan untuk dapat mencegah dan menangani cedera yang terjadi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa FIK Unimed yang terkait dengan macam-macam cedera olahraga, lokasi cedera, faktor-faktor penyebab terjadinya cedera olahraga, penanganan pada cedera olahraga dan upaya pencegahan terjadinya cedera olahraga. Metode penelitian menggunakan teknik survey dengan menyebarkan angket dan wawancara yang diberikan kepada mahasiswa FIK Unimed. Populasi dan sampel penelitian ini adalah mahasiswa FIK Unimed semester V tahun ajaran 2015/2016, pengambilan sampel menggunakan *random sampling*.

Hasil dari penelitian ini adalah tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa jurusan IKOR 26% katagori tinggi sekali, 72% katagori tinggi dan 2% katagori sedang. Tingkat pengetahuan cedera mahasiswa jurusan PKO 4% katagori tinggi sekali, 86% katagori tinggi, dan 10% katagori sedang; Tingkat pengetahuan jurusan PJKR 92% katagori tinggi dan 8% katagori sedang. Mahasiswa FIK Unimed belum dapat mengimplementasikan penanganan cedera olahraga. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa FIK Unimed dalam katagori tinggi.

Kata Kunci: Pengetahuan Cedera Olahraga, Mahasiswa FIK

PENDAHULUAN

Setiap melakukan aktivitas fisik khususnya olahraga baik dalam kegiatan pendidikan, pelatihan atau kebugaran, selalu dihadapkan pada kemungkinan terjadinya cedera dan pada akhirnya dapat berakibat terganggunya aktivitas fisik, psikis dan prestasi. Efek dari cedera olahraga juga dapat berdampak fatal bagi seorang atlet, dimana atlet harus berhenti berlatih secara total. Bagi peserta didik dan masyarakat yang mengalami cedera akibat berolahraga, dapat menimbulkan trauma bila cedera yang dialaminya akan mengganggu rutinitas dan aktivitas sehari-hari.

Bagi seorang olahragawan atau pelaku olahraga, cedera yang terjadi dapat menghambat dan atau menghentikan langkahnya untuk beraktivitas dan meraih prestasi yang lebih tinggi. Cedera yang terjadi harus mendapatkan pertolongan dan pengobatan sedini mungkin, agar para olahragawan atau pelaku olahraga tidak mengalami kesakitan yang lebih fatal dan dapat menimbulkan kecacatan, sehingga ia segera dapat mengikuti aktifitas fisik, berlatih dan bertanding kembali.

Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) adalah salah satu fakultas yang ada di Unimed. Lulusan dari FIK diharapkan dapat menjadi praktisi olahraga dengan memiliki kompetensi, antara lain sebagai pendidik jasmani, pelatih dan atau instruktur olahraga. Untuk menghasilkan lulusan dengan kompetensi yang diharapkan, maka setiap jurusan yang ada di FIK harus mempersiapkan mahasiswanya dengan bekal-bekal keilmuan dan keterampilan yang terkait dengan keolahragaan. Salah satu keterampilan yang harus dimiliki adalah pengetahuan tentang cedera olahraga dan bagaimana melakukan penanganan dan pencegahan cedera.

Pengetahuan tentang cedera olahraga, dapat menjadi antisipasi bagi mahasiswa dan lulusan dalam melakukan aktivitas sebagai praktisi olahraga, sehingga mereka dapat memberikan pertolongan pertama pada cedera dengan cepat dan tepat, dan dapat melakukan pencegahan terjadinya cedera baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Pentingnya memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam penanganan dan pencegahan cedera olahraga bagi praktisi olahraga, menjadi alasan untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan cedera olahraga yang dimiliki mahasiswa FIK Unimed.

Mengacu pada kondisi tersebut di atas, tulisan ini akan membahas masalah bagaimana pengetahuan cedera olahraga pada mahasiswa FIK Unimed, dan implementasi pengetahuan cedera olahraga dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa FIK Unimed.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Cedera Olahraga

Cedera adalah kelainan yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya nyeri, panas, merah, bengkak, dan tidak dapat berfungsi dengan baik pada otot, tendon, ligament, persendian maupun tulang akibat aktivitas gerak yang berlebihan atau kecelakaan (Ali Satia Graha dan Bambang Priyonoadi, 2012). Ada dua jenis katagori cedera yang sering terjadi dan dialami pada saat atlet melakukan aktivitas fisik, yaitu trauma akut dan cedera karena pemakaian berlebih (*overuse injury*) (Brukner&Khan, 2007:8)

Cedera merupakan masalah yang timbul dalam diri seseorang setelah melakukan aktivitas fisik ataupun olahraga baik dalam berlatih maupun bertanding, terjadinya dapat tiba-tiba dan sulit dihindari. Sudijandoko (2000: 9) mengatakan bahwa cedera dapat diakibatkan dari gaya-gaya yang bekerja pada tubuh dimana melampaui kemampuan tubuh untuk mengatasinya, berlangsung dengan cepat atau jangka lama.

Cedera olahraga yang dialami seseorang akan menimbulkan rasa sakit yang disebabkan kerusakan pada struktur atau fungsi tubuh seperti pada tulang, sendi, ligament dan otot, baik dalam bentuk cedera tertutup maupun cedera terbuka.

Cedera olahraga merupakan cedera yang terjadi akibat kegiatan olahraga baik secara langsung atau tidak langsung, yang mengenai sistem muskuloskeletal dan semua sistem atau organ lain yang mempengaruhinya sehingga menimbulkan gangguan fungsi sistem tersebut. Wibowo (1995:11) menyatakan bahwa cedera olahraga (*sport injury*) yaitu segala macam cedera yang timbul baik pada waktu latihan maupun pada waktu berolahraga (pertandingan) ataupun sesudah pertandingan.

Dari beberapa penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa cedera olahraga adalah segala bentuk kelainan dan kerusakan yang terjadi dalam tubuh baik pada struktur maupun fungsi tubuh yang menimbulkan rasa sakit, diakibatkan melakukan aktifitas gerak fisik dan olahraga dan terjadi secara langsung atau tidak langsung.

Macam cedera yang terjadi dalam aktivitas sehari-hari maupun berolahraga dapat dibagi menjadi 2 macam, yaitu: trauma akut dan *overuse syndrome* (sindrom pemakaian berlebih). Trauma akut adalah suatu cedera berat yang terjadi secara mendadak, seperti robekan ligament, otot, tendon atau terkilir, atau bahkan patah

tulang. Cedera akut biasanya memerlukan pertolongan professional. Sindrom pemakaiana berlebih sering dialami oleh atlet, bermula dari adanya suatu kekuatan yang sedikit berlebihan, namun berlangsung berulang-ulang dalam jangka waktu lama (Arif Setiawan, 2011:94)

Cedera yang dialami oleh seseorang yang melakukan aktivitas fisik dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor penyebab terjadinya cedera, sebagai berikut (Wibowo, 1995:12)

- a. *External violence* (sebab-sebab yang terjadi dari luar) yaitu cedera yang timbul / terjadi karena pengaruh atau sebab yang berasal dari luar. Luka atau cedera yang timbul bisa berasal dari luar : luka lecet, robek kulit, tendon / memar dan fraktur.
- b. *Internal violence* (sebab- sebab yang berasal dari orang tersebut) cedera ini terjadi karena koordinasi otot-otot dan sendi yang kurang sempurna, sehingga menimbulkan gerakan-gerakan yang salah sehingga menimbulkan cedera. Macam cedera dapat berupa robeknya otot, sendi atau ligamentum.
- c. *Over use* (pemakai terus menerus terlalu lelah) cedera ini terjadi karena pemakaian otot yang berlebihan. Biasanya cedera akibat *over use* terjadinya secara perlahan-lahan (bersifat keronis). Gejala-gejala dapat ringan yaitu kekuatan otot, *strain*, *sprain* dan yang paling parah adalah terjadi stress *fraktur*.

2. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam terbentuknya suatu tindakan. Dengan demikian terbentuknya perilaku terhadap seseorang karena adanya pengetahuan yang ada pada dirinya terbentuknya suatu perilaku baru, terutama yang ada pada orang dewasa dimulai pada domain kognitif. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata) (Notoatmodjo, 2005:50).

Pengetahuan merupakan kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek. Djannah (2009) dalam penelitiannya di Yogyakarta mengungkapkan bahwa semakin tinggi pengetahuan terhadap suatu objek maka akan semakin baik pula sikap seseorang terhadap objek tersebut.

Budiman (2013) menjelaskan bahwa jenis pengetahuan diantaranya, sebagai berikut:

a. Pengetahuan Implisit

Merupakan pengetahuan yang masih tertanama dalam bentuk pengalaman seseorang dan berisi faktor-faktor yang tidak bersifat nyata, seperti keyakinan pribadi, perspektif, dan prinsip.

b. Pengetahuan Eksplisit

Merupakan pengetahuan yang telah disimpan dalam wujud nyata, bisa dalam wujud perilaku kesehatan.

Penelitian Rogers mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru), di dalam diri orang tersebut, terjadi proses yang berurutan, yakni (Notoatmojo,2012):

- a. *Awareness* (kesadaran), yakni orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu.
- b. *Interest*, (kesadaran), yakni orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu.
- c. *Interest*, yakni orang mulai tertarik kepada stimulus.
- d. *Evaluastion* (menimbang-nimbang baik tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya). Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
- e. *Trial*, orang telah mulai mencoba perilaku baru.
- f. *Adoption*, subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengetahuan, sebagai berikut (Budiman, 2013):

a. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi sehingga banyak pula pengetahuan yang dimiliki.

b. Informasi/media massa

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru baginya terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

c. Sosial, budaya, dan ekonomi.

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran sehingga akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

d. Lingkungan;

Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik maupun tidak, yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

e. Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

f. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey (Kerlinger,2004:660). Penelitian survey dilakukan untuk mendapatkan fakta yang ada dilapangan terkait dengan pengetahuan mahasiswa FIK terhadap cedera olahraga.

Penelitian dilaksanakan di FIK Unimed. Dalam pengumpulan data penelitian, ditetapkan sumber data primer yaitu informasi dari mahasiswa FIK semester V. Selanjutnya sumber data sekunder akan diungkap dari data dokumen di jurusan masing-masing.

Pengumpulan data menggunakan tiga teknik, yaitu: pengisian angket, wawancara dan telaah dokumen

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian di atas dapat dibahas beberapa hal, yaitu:

1. Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa FIK Unimed

Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa secara keseluruhan berada dalam katagori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari persentase rata-rata item indikator dalam tiap kisi-kisi yang diberikan. Dari data yang diperoleh, tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa jurusan IKOR lebih baik dari mahasiswa jurusan PKO dan PJKR, dan mahasiswa jurusan PKO lebih baik dari mahasiswa jurusan PJKR. Dari keseluruhan indikator, semua jurusan berada dalam katagori tinggi kecuali pada indikator penanganan cedera olahraga terlihat bahwa jurusan PJKR berada dalam katagori sedang (57.7%).

a. Jurusan PJKR

Rendahnya tingkat pengetahuan mahasiswa jurusan PJKR pada keseluruhan indikator ada kaitannya dengan tidak adanya mata kuliah atau materi cedera olahraga, pertolongan pertama cedera (P2C) atau pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) yang diberikan pada mahasiswa jurusan PJKR. Sejak kurikulum tahun 2005, mata

kuliah cedera olahraga atau nama yang biasa dipakai untuk jurusan PJKR adalah mata kuliah P3K (pertolongan pertama pada kecelakaan) sudah dihapuskan dan tidak diberikan secara khusus.

Informasi yang diperoleh dari Ketua Jurusan PJKR, pada tahun ajaran 2016-2017 akan diberlakukan kurikulum baru yang berorientasi KKNI untuk mahasiswa penerimaan tahun 2016. Pada kurikulum baru tersebut direncanakan akan dimasukkan kembali mata kuliah P3K menjadi mata kuliah tersendiri.

b. Jurusan PKO

Pada mahasiswa jurusan PKO, materi cedera olahraga diberikan bersamaan dengan mata kuliah Kesehatan Olahraga dan P2C yang disampaikan pada semester I. Penelitian ini diberikan pada mahasiswa semester V, sehingga tingkat pengetahuan cedera olahraga yang dimiliki mahasiswa PKO saat ini sebatas kemampuan mengingat dari materi-materi yang disampaikan pada semester I, pengalaman-pengalaman yang dialami mahasiswa selama waktu berjalan dan informasi yang diperoleh dari media.

Informasi yang diperoleh dari Ketua Jurusan PKO, pada tahun ajaran 2016-2017 akan diberlakukan kurikulum baru yang berorientasi KKNI untuk mahasiswa penerimaan tahun 2016. Pada kurikulum baru tersebut, materi P2C yang diberikan bersamaan dengan mata kuliah Kesehatan Olahraga akan dipecah dan berdiri sendiri. Materi P2C akan diberikan pada mata kuliah cedera olahraga.

c. Jurusan IKOR

Pada mahasiswa jurusan IKOR, materi cedera olahraga diberikan tersendiri dalam mata kuliah Cedera Olahraga yang disampaikan pada semester III. Kondisi ini juga mempengaruhi tingkat pengetahuan mahasiswa jurusan IKOR lebih baik dibandingkan dua jurusan yang lain. Hal ini disebabkan masih segarnya ingatan mahasiswa IKOR pada materi cedera yang disampaikan.

Tinggi rendahnya tingkat pengetahuan mahasiswa dipengaruhi oleh banyak faktor. Hal ini sesuai dengan pendapat Budiman (2013) yang menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengetahuan, yaitu pendidikan,

informasi/media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman dan usia. Mudahnya saat ini mengakses informasi dari media yang tersedia seperti internet, mempengaruhi tingkat pengetahuan mahasiswa. Pengalaman selama perkuliahan dan kejadian-kejadian sehari-hari yang terkait dengan cedera yang dialami, membuat mahasiswa bisa mengetahui dan belajar dari kejadian.

Pendidikan seseorang yang semakin tinggi, akan semakin mudah menerima informasi sehingga banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru baginya terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut. Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran sehingga akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Lingkungan juga berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik maupun tidak, yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu. Pengalaman yang diterima mahasiswa sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi pada masa lalu. Usia mahasiswa mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

2. Implementasi perkuliahan cedera olahraga dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa FIK Unimed.

Dari hasil angket yang diberikan, diketahui bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa dalam penanganan cedera olahraga termasuk dalam katagori tinggi untuk jurusan IKOR dan PKO, tetapi untuk jurusan PJKR masuk dalam katagori sedang. Tingkat

pengetahuan mahasiswa terhadap pencegahan cedera olahraga untuk ketiga jurusan termasuk dalam katagori tinggi.

Dari wawancara dengan mahasiswa, diketahui bahwa masih ada keraguan dan ketidakyakinan mahasiswa dalam menangani pertolongan pertama pada cedera olahraga. Hal ini antara lain disebabkan pemberian materi cedera yang terlalu awal, yaitu di semester I untuk jurusan PKO dan disemester III untuk jurusan IKOR. Materi cedera olahraga, merupakan materi terapan yang harus lebih banyak diberikan secara praktek. Sebelum materi ini diberikan sebaiknya mahasiswa sudah diberi materi pendukung untuk cedera, seperti materi anatomi, fisiologi, patofisiologi dan mata kuliah praktek cabang olahraga, sehingga mahasiswa sudah punya pemahaman tentang materi cedera dan untuk apa materi ini dipelajari.

Pemberian materi cedera olahraga yang terlalu awal dan tidak ada kelanjutan dari materi ini menyebabkan mahasiswa tidak terlatih bila menghadapi suatu kejadian. Pengetahuan merupakan kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek. Djannah (2009) dalam penelitiannya di Yogyakarta mengungkapkan bahwa semakin tinggi pengetahuan terhadap suatu objek maka akan semakin baik pula sikap seseorang terhadap objek tersebut. Pentingnya pengetahuan dan keterampilan penanganan dan pencegahan cedera olahraga bagi mahasiswa FIK berhubungan dengan aktivitas sehari-hari dan tugas mereka pada saat terjun menjadi salah satu tenaga keolahragaan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa FIK masuk dalam katagori tinggi. Tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa jurusan IKOR lebih baik dari mahasiswa jurusan PKO dan PJKR, dan tingkat pengetahuan cedera olahraga mahasiswa jurusan PKO lebih baik dari mahasiswa jurusan PJKR.

2. Implementasi pengetahuan cedera olahraga mahasiswa FIK dalam kehidupan sehari-hari belum dilakukan dengan maksimal.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, maka dapat disampaikan saran sebagai berikut:

1. Kepada mahasiswa, agar lebih mendalami pengetahuan dan keterampilan penanganan cedera olahraga yang dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari dan dalam kegiatan keolahragaan.
2. Kepada jurusan, khusus untuk jurusan PKO dan PJKR agar menjadikan mata kuliah cedera olahraga (P3K atau P2C) menjadi satu mata kuliah tersendiri, karena pengetahuan dan keterampilan cedera olahraga sangat berhubungan dengan aktivitas sebagai guru, pelatih dan praktisi olahraga di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif Setiawan (2011) Faktor Timbulnya Cedera Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia: Volume 1; Edisi 1; pp. 94-98*
- Budiman, A.R. (2013) *Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Salemba Medika
- Brukner, Peter and Karim Khan (2007) *Clinical Sports Medicine 3rd ed.,* Sydney: McGraw-Hill Australia Pty Ltd.
- Djannah, S.N. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Pencegahan Penularan TBC pada Mahasiswa di Asrama Manokwari Sleman Yogyakarta, www.journal.uad.ac.id/index.php/Kemas/article/download/549/pdf. diakses pada tanggal 28 September 2015
- Graha, Ali Satya dan Bambang Priyonoadi (2012) *Terapi Masase Frirage: Penatalaksanaan Cedera pada Anggota Tubuh Bagian Bawah*, Yogyakarta: FIK UNY
- Kerlinger, Fred K. (2004) *Asas-Asas Penelitian Behavioral*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press

Nurhayati Simatupang ——— *Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan*

Wibowo, Hardianto (1995) *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*,
Jakarta: Penerbit Buku kedokteran EGC

Notoatmodjo, S. (2010) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010

.....(2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta:Rineka Cipta