

# Aspek Dasar Fungsi Dan Organisasi Kedokteran Olahraga

dr. Sadoso Sumosardjuno  
Pusat Kesehatan Olahraga DKI  
Jakarta

## PENDAHULUAN

Sebelum membicarakan inti dari persoalan ini kami bicarakan dahulu definisi dari Kedokteran olahraga. Menurut definisi terakhir, kedokteran olahraga berarti aplikasi dari ilmu pengetahuan medik pada olahraga dan aktivitas fisik pada umumnya, untuk mengadakan pencegahan dan pengobatan pada kemungkinan-kemungkinan yang terjadi dalam olahraga, guna memelihara keadaan yang sehat, serta menghindari terjadinya cedera yang disebabkan oleh latihan-latihan fisik yang berlebihan, atau kurang cukupnya latihan-latihan fisik. Dari definisi ini, maka jelaslah bahwa kedokteran olahraga tidak hanya bermanfaat bagi atlet saja tetapi diperlukan juga oleh seluruh rakyat yang sehat dan yang cedera meliputi semua golongan umur.

Dua puluh tahun terakhir ini kedokteran olahraga berkembang dengan pesat terutama di Eropa dan Amerika, sejajar dengan pengetahuan-pengetahuan medik yang lain. Akhir-akhir ini kita banyak mendengar tentang penyakit sosial yang baru, ialah penyakit *HYPOKINETIK*, yang disebabkan karena kekurangan aktivitas fisik. Hal ini menimbulkan resiko-resiko yang besar pada pathogenesis dari penyakit-penyakit lain yang serius, misalnya pada penyakit metabolisme, penyakit jantung dan peredaran darah serta penyakit sistem locomotor. Sebagai contoh yang jelas, seorang yang kurang aktifitas fisiknya akan lebih sering mengalami penyakit-penyakit coronair dan penyakit-penyakit degeneratif dari pembuluh-pembuluh darah perifer, jika dibandingkan dengan orang-orang dengan aktivitas fisik yang cukup. Maka aktivitas yang cukup baik, yaitu olahraga secara biologik sangat besar artinya dalam mencegah terjadinya penyakit-penyakit *hy.pokinetik* tadi, atau dengan perkataan lain dapat membuat seseorang mencapai kesehatan yang optimal.

## FUNGSI KEDOKTERAN OLAHRAGA

Pada prakteknya kedokteran olahraga hanya mencakup *PERFORMANCE SPORTS* saja. Aplikasi dari pengetahuan medik pada *performance sport* pada dasarnya adalah : (i) Seleksi medik dari para atlet. (ii) Memelihara kesehatan yang optimal dari para atlet. (iii) Menentukan kapasitas *performance* dari para atlet, dan atas dasar ini membuat program latihan.

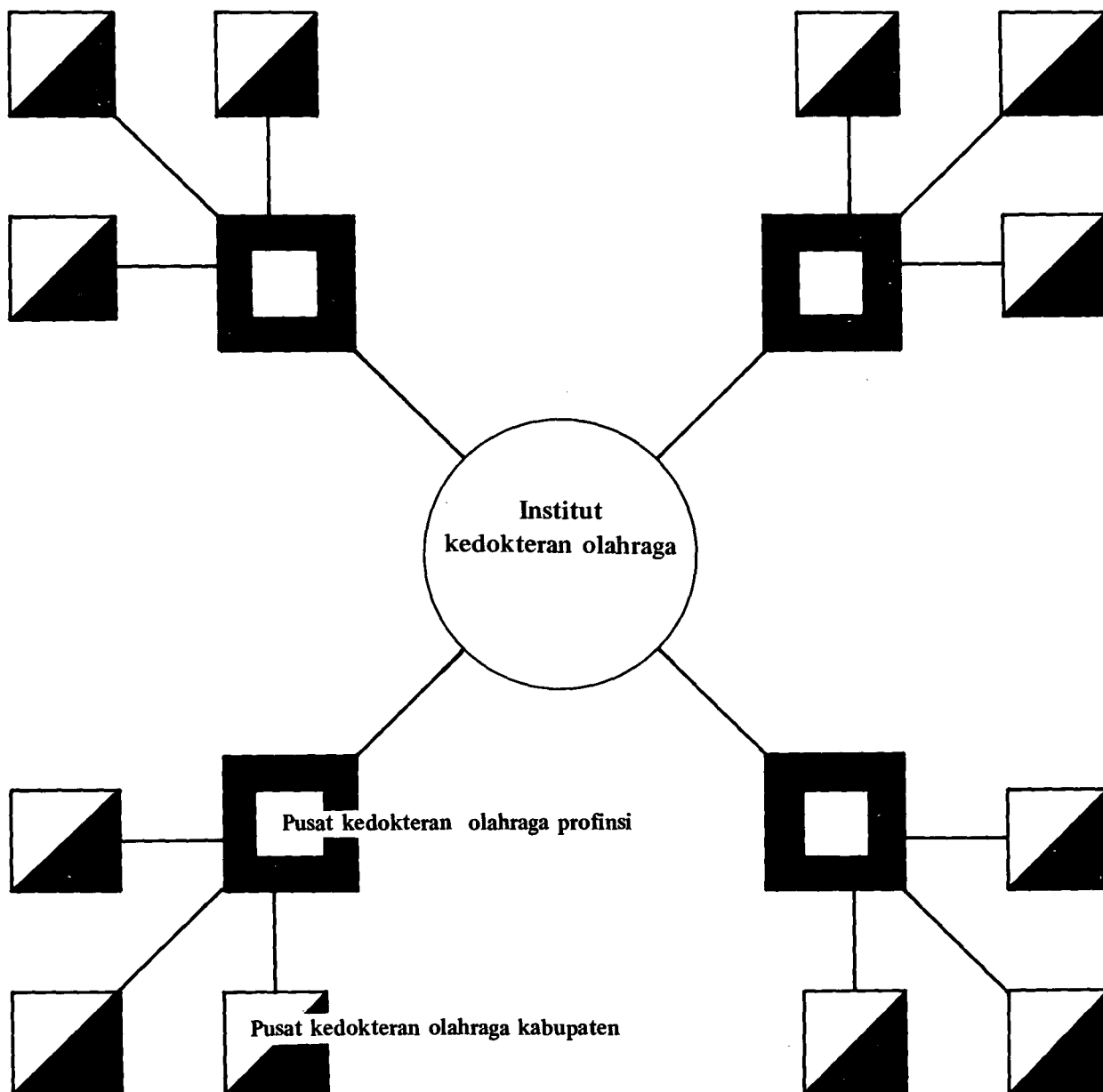
Seleksi medik pada waktu permulaan menjalani aktivitas olahraga bertujuan menentukan keadaan kesehatan dan ke-

trampilan para atlet, terutama kapasitas pembawaannya untuk suatu *performance*. Ada yang mengatakan bahwa aktivitas olahraga ditentukan keadaan biologik yang didapat secara genetik. Maka terdapatlah seseorang yang memiliki kemampuan berolahraga demikian tinggi sehingga dapat mencapai suatu prestasi yang melebihi orang lain. Dengan perkataan lain dapat dikatakan bahwa seseorang tersebut mempunyai bakat lebih dari orang lain. Bakat-bakat yang dimiliki oleh seseorang ini dapat disempurnakan dengan latihan-latihan sehingga bakat yang telah ada ini menjadi lebih sempurna dan akhirnya orang tersebut dapat menjadi juara dalam sesuatu cabang olahraga. Hal ini akan lebih baik lagi kalau ada persaingan-persaingan. Dalam hal ini, adanya fasilitas-fasilitas yang cukup, disertai ahli-ahli olahraga yang cukup banyak, akan lebih membantu menyempurnakan bakat-bakat yang telah ada.

Seleksi medik bertujuan mengetahui bakat seseorang atlet dan kemudian menentukan atau memberikan petunjuk cabang olahraga yang mana paling sesuai untuk atlet tersebut. Juga untuk mengetahui kesehatan atlet tersebut, dengan jalan pemeriksaan medik dan evaluasi fungsional. Kemudian atlet yang telah diperiksa tadi harus dikontrol secara teratur, untuk menjaga kesehatannya dan untuk mengetahui adaptasi dari badannya terhadap latihan-latihan yang dijalankan. Pengontrolan yang teratur itu sangat penting, terutama dari segi adaptasi fisiologiknya terhadap latihan-latihan yang dilakukannya.

## ORGANISASI

Untuk mencapai tujuan tersebut diatas maka harus ada dokter-dokter yang mempunyai keahlian dalam bidang kedokteran olahraga disamping laboratorium dengan peralatan yang cukup serta kerja sama yang erat sekali dengan para ahli/sarjana-sarjana olahraga. Hanya dengan jalan demikian maka kedokteran olahraga ini dapat dimanfaatkan sebaik-baiknya. Juga pengobatan pada cedera olahraga serta rehabilitasi dari atlet yang mengalami cedera merupakan suatu aspek fundamental yang penting pula. Hal ini mencakup problem-problem tentang penentuan diagnosis sedini mungkin, pencegahan terhadap cedera dan pengobatan dari atlet-atlet yang mengalami cedera sebagai akibat dari *functional overloading*. Ini biasanya meliputi persendian, otot-otot dan tendo. Hanya dengan jalan membuat diagnose sedini mungkin dan pengobatan yang tepat pada waktunya dapat dicegah seseorang atlet yang telah cedera menjadi kurang sempurna untuk berolahraga lagi.

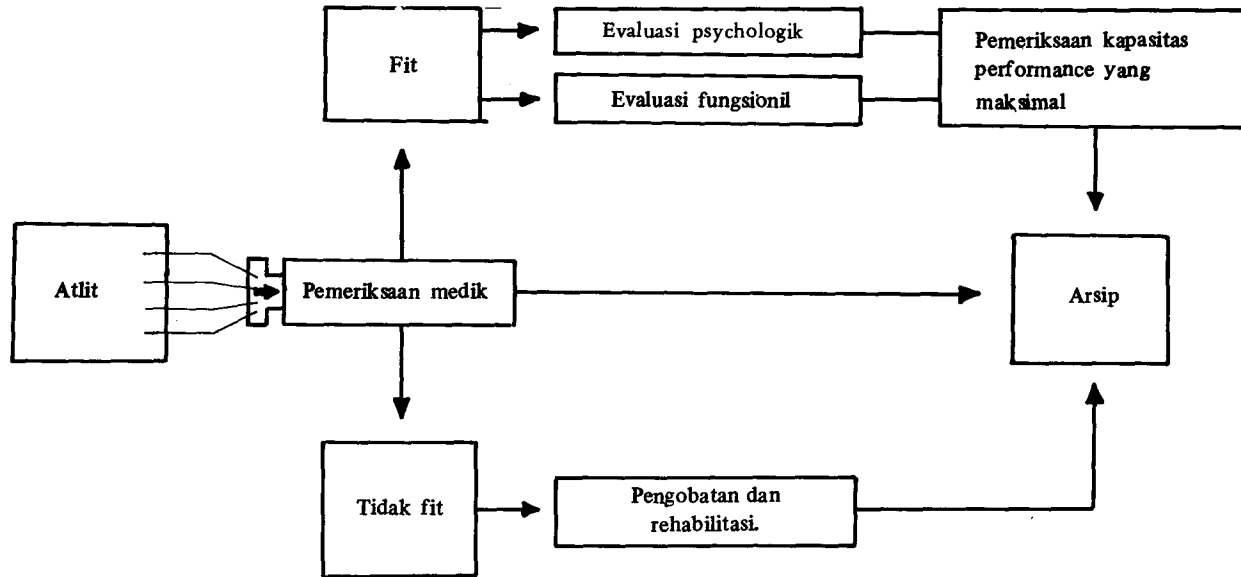


Karena tugas dokter olahraga harus kontinu dan tidak berdiri sendiri, perlu adanya kerjasama yang erat antara dokter-dokter olahraga, para pelatih dan ahli-ahli olahraga/sarjana-sarjana olahraga serta para atlet. Jadi sekali lagi kami tekankan bahwa pada organisasi ilmiah keolahragaan perlu secara mutlak adanya kerjasama yang erat antara dokter olahraga pelatih dan atlet. Dalam hal ini sangat penting artinya tukar-menukar informasi, saling percaya mempercayai dan saling mengisi pengetahuan olahraga diantara ketiga unsur tadi secara teratur.

Tetapi sayang sekali kerjasama yang baik ini kadang-kadang tidak kami dapati antara ketiga unsur tadi. Sering terjadi dokter-dokter olahraga merasa segan atau rasa tidak percaya kepada pelatih dan begitu pula sebaliknya. Sebenarnya kedokteran olahraga sangat luas, mencakup keahlian-keahlian dalam bidang penyakit dalam, orthopaedi, kardiologi, psychologi,

fisiologi, ilmu gizi dan lain-lain. Dan dokter-dokter yang berkecimpung dalam kedokteran olahraga harus mengetahui karakteristik setiap cabang olahraga serta harus mengetahui pula methodologi dari latihan-latihan berbagai cabang olahraga. Jelaslah disini bahwa pada prakteknya tidak ada seorang dokterpun yang qualified dalam seluruh bagian dari kedokteran olahraga ini. Jadi cara yang paling baik dalam sebuah Pusat Kedokteran Olahraga ialah banyak dokter yang bekerja dengan keahliannya masing-masing dan terkoordinir sehingga merupakan suatu team. Dan team ini harus secara kontinu bekerja sama dengan para sarjana-sarjana olahraga dan para ahli dari berbagai cabang olahraga. Tugas para dokter yang bekerja pada pusat kedokteran olahraga ini antara lain adalah :

- Ilmu kedokteran pencegahan dalam bidang olahraga.
- Pengobatan dalam bidang olahraga.



- ❑ Memberikan pendidikan dan instruksi mengenai kesehatan.
- ❑ Penelitian dalam bidang olahraga.

Pusat kedokteran olahraga dapat terletak dalam gelanggang olahraga; dapat pula terletak dalam suatu rumah sakit yang besar; atau dalam klinik-klinik dari universitas dan sebagainya. Dalam pusat kedokteran olahraga ini tersimpan data-data dari atlit-atlit berbagai cabang olahraga. Dalam prakteknya hal ini sangat penting, karena kita dapat mengikuti perkembangan para atlit dalam jangka waktu tertentu serta membandingkan hasil-hasil pemeriksaan klinik, fungsionil dan sebagainya. Selanjutnya dokter yang bekerja pada pusat kedokteran olahraga harus mengetahui secara mendetail mengenai para atlitnya. Dengan adanya pusat kedokteran olahraga maka ada pengaruh psychologis yang baik terhadap atlit. Ada pula cara lain dalam mengorganisir pelayanan medik pada para atlit yaitu mengadakan pelayanan medik pada setiap cabang olahraga.. Jadi pada prakteknya seorang dokter atau beberapa orang dokter bertugas mengawasi suatu cabang olahraga. Tetapi kadang-kadang mendapat kesukaran karena sangat terbatasnya waktu dari para

dokter sehingga dokter tersebut hanya secara sporadik dapat mengawasi cabang olahraga tersebut. Memang di beberapa daerah masih terdapat kesukaran dalam mengorganisir pusat kedokteran olahraga dan sering pula terbentur pada kesukaran keuangan. Jika terdapat kesukaran-kesukaran tersebut maka dapatlah memanfaatkan alat-alat yang ada, misalnya meminjam laboratorium fisiologi dari fakultas kedokteran atau dari angkatan udara, yang biasanya mempunyai peralatan yang cukup untuk mengadakan pemeriksaan terhadap para pilot.

**KESIMPULAN**

Tugas dari dokter olahraga makin lama makin berkembang, mencakup sebagian dari berbagai cabang ilmu kedokteran yang kemudian dimanfaatkan dalam performance sport. Dalam menjalankan tugasnya, para dokter olahraga baik dalam bidang pencegahan, penelitian dan lain-lain harus bekerja sama dengan para ahli olahraga/sarjana-sarjana olahraga. Dengan kerjasama seperti tersebut diatas, maka dapat diadakan suatu organisasi dari pusat kedokteran olahraga yang sangat bermanfaat bagi pembinaan olahraga.

Untuk kesehatan dan kekuatan dimasa kehamilan dan setelah melahirkan

**VIFERRON<sup>®</sup>**  
caplet



Komposisi :

Tiap caplet mengandung

Vitamin A acetate	5000	I.U.
Vitamin D	400	I.U.
Thiamine HCl	10	mg.
Riboflavin	3	mg.
Pyridoxine HCl	10	mg.
Cyanocobalamin	10	mcg.
Niacinamide	15	mg.
Ca. pantothenate	3	mg.
Ascorbic acid	50	mg.
Ca. lactate	250	mg.
Ferrous fumarate	60	mg.
Folic acid	0,8	mg.
Vitamin E	10	mg.
Lysine HCl	50	mg.
Cupric Sulfate	0,3	mg.
Magnesium sulphate	3,5	mg.
Manganese chloride	0,5	mg.
Zinc sulfate	0,5	mg.
Sodium fluoride	0,5	mg.

Indikasi :

Sumber vitamin - besi - mineral untuk menambah darah dan tenaga. Bermanfaat untuk menguatkan badan yang lemah-lesu, kurang tenaga, serta baik untuk wanita hamil dan menyusui.

Cara pemakaian :

Sehari 1 caplet, atau menurut petunjuk dokter.

Simpan dalam tempat yang kering, tertutup rapat.

Reg. No. D. 2021703

