

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN & PELATIHAN TERHADAP
PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN MAHASISWA KSR PADA
PERTOLONGAN PERTAMA KESELEO (*SPRAIN & STRAIN*) DENGAN
METODE RICE (*REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION*)**

DI SAMARINDA

SKRIPSI



DIAJUKAN OLEH

ULFA MAWARDA

1911102411105

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2023

**Pengaruh Pendidikan Kesehatan & Pelatihan terhadap Pengetahuan
dan Keterampilan Mahasiswa KSR pada Pertolongan Pertama
Keseleo (*Sprin & Strain*) dengan Metode RICE (*Rest, Ice,
Compression, Elevation*) di Samarinda**

Skripsi

Diajukan sebagai persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh

Ulfa Mawarda

1911102411105

Program Studi S1 Keperawatan

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ulfa Mawarda
NIM : 1911102411105
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Penelitian : Pengaruh Pendidikan Kesehatan & Pelatihan Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Mahasiswa KSR Pada Pertolongan Pertama Keseleo (*Sprain & Strain*) Dengan Metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*) Di Samarinda

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, tahun 2010).

Samarinda, 05 Juli 2023



Ulfa Mawarda
1911102411105

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN & PELATIHAN TERHADAP
PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN MAHASISWA KSR PADA
PERTOLONGAN PERTAMA KESELEO (*SPRAIN & STRAIN*) DENGAN
METODE RICE (*REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION*)
DI SAMARINDA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

Ulfa Mawarda

1911102411105

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 07 Juli 2023

Pembimbing

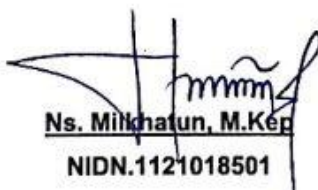


Ns. Misbah Nuriannah, M.Kep

NIDN. 1129018501

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi



Ns. Milkhaturun, M.Kep

NIDN.1121018501

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN & PELATIHAN TERHADAP
PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN MAHASISWA KSR PADA
PERTOLONGAN PERTAMA KESELEO (SPRAIN & STRAIN) DENGAN
METODE RICE (REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION)
DI SAMARINDA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

**ULFA MAWARDA
1911102411105**

**Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 08 Juli 2023**

Penguji I



**Ns. Andri Praja Satria, S.Kep., M.Sc., M.Biomed
NIDN.1104068405**

Penguji II



**Ns. Misbah Nuriannah, M.Kep
NIDN. 1129018501**

**Mengetahui,
Ketua Program S1 Keperawatan**



**Ns. Siti Kholroh Muflihatin, M.Kep
NIDN. 1115017703**

MOTTO

*"Hidup adalah soal keberanian, menghadapi yang tanda tanya tanpa kita bisa
mengerti, tanpa bisa kita menawar, terimalah dan hadapilah"*

-Soe Hok Gie-

Pengaruh Pendidikan Kesehatan & Pelatihan terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Mahasiswa KSR pada Pertolongan Pertama Keseleo (*Sprain & Strain*) dengan Metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*) di Samarinda

Ulfa Mawarda¹, Misbah Nurjannah²

**Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Email : Ulfamawarda105@gmail.com**

INTISARI

Pendahuluan : *Sprain* ialah cedera yang terjadi di ligamentum dan *strain* merupakan cedera pada otot dan tendon. *Sprain* dan *strain* terjadi akibat dari aktifitas sehari-hari yang berat, atau pada saat olahraga, ketika tak ditangani secara serius, dengan tepat serta betul bisa menyebabkan cedera bertambah parah, kecacatan, dan bahkan bisa sampai menyebabkan kematian. Sehingga perlunya pengetahuan terkait bagaimana mencegah, melakukan perolongan pertama cedera sehingga meminimalisir terjadinya cedera pada mahasiswa. **Tujuan** : Tujuan penelitian ini ialah untuk menganalisis pengaruh dari pemberian pendidikan kesehatan & pelatihan terhadap pengetahuan dan keterampilan mahasiswa KSR pada pertolongan pertama keseleo (*sprain & strain*) dengan metode RICE di Samarinda. **Metode** : Desain penelitian ini percobaan semu (*quasi experiment*) menggunakan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 72 responden menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner serta lembar observasi. **Hasil** : Tingkat pengetahuan pertolongan pertama keseleo (*strain dan sprain*) dengan metode RICE sebelum dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan 29 mahasiswa 40,3% dikategorikan Kurang dan sesudah mengalami peningkatan sebanyak 34 mahasiswa 47,2% dalam kategori baik. Sedangkan untuk tingkat keterampilan pertolongan pertama keseleo (*strain dan sprain*) menggunakan metode RICE sebelum dilakukan pelatihan didapatkan mayoritas 39 mahasiswa 54,2% dikategorikan Cukup dan sesudah mengalami peningkatan sebanyak 42 mahasiswa 58,3% dikategorikan Baik. **Kesimpulan** : Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan & pelatihan terhadap pengetahuan dan keterampilan Mahasiswa KSR pada pertolongan pertama keseleo (*sprain & strain*) dengan metode RICE di Samarinda.

Kata kunci : *Sprain dan Strain*, Mahasiswa, Ligamen, Tendon

The Influence of Health Education & Training on Knowledge and Skills of KSR Students in Sprain & Strain First Aid Using the RICE (Rest, Ice, Compression, Elevation) Method in Samarinda

Ulfa Mawarda¹, Misbah Nurjannah²

**Bachelor of Nursing Study Program, Faculty of Nursing
Muhammadiyah University of East Kalimantan
Email : Ulfamawarda105@gmail.com**

ABSTRACT

Introduction : Sprains are injuries to the ligaments and strains are injuries to the muscles and tendons. Sprains and strains occur as a result of strenuous daily activities, or during sports, if not treated seriously, properly and correctly can cause serious injury, disability, and can even cause death. So the need for knowledge related to how to prevent, perform first aid injuries so as to minimize the occurrence of injuries to students. **Purpose:** The purpose of this study was to analyze the effect of providing health education & training on the knowledge and skills of KSR students in sprain & strain first aid using the RICE method in Samarinda. **Methods:** The research design was a quasi-experiment using a one-group pretest-posttest approach. The sample in this study were 72 respondents using simple random sampling. Collecting data using questionnaires and observation sheets. **Results:** The level of first aid knowledge for sprains (sprains and sprains) with the RICE method before health education was carried out obtained 29 students 40.3% categorized as less and after experiencing an increase of 34 students 47.2% in the good category. As for the level of first aid skills for sprains (sprains and sprains) using the RICE method before the training was carried out, it was found that the majority of 39 students 54.2% were categorized as Enough and after experiencing an increase of 42 students 58.3% were categorized as Good. **Conclusion:** There is an influence of health education & training on the knowledge and skills of KSR students in sprain & strain first aid using the RICE method in Samarinda.

Keywords: Sprains and strains, Students, Ligaments, Tendons

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi'wabarakatuh

Alhamdulillah, puji syukur kita panjatkan kehadiran kepada Allah SWT yang maha kuasa atas kasih nikmat karunia dan kebaikannya yang telah diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan & Pelatihan terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Mahasiswa KSR pada Pertolongan Pertama Keseleo (*Sprain & Strain*) dengan Metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*) di Samarinda”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Program Sastra 1 Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Samarinda Tahun 2023.

Selama pembuatan skripsi ini, penulis banyak mengalami hambatan akan tetapi semuanya bisa dilalui berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu melalui kesempatan yang baik ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Bambang Setiaji, selaku Rektor di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kep, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan.
4. Ns. Milkhatun, M.Kep selaku koordinator mata ajar skripsi yang senantiasa memberi semangat, motivasi dan arahan selama proses penyelesaian skripsi ini.
5. Ns. Misbah Nurjannah, M.Kep selaku pembimbing dan penguji 2 yang telah banyak membantu dalam mengarahkan, membimbing, serta memotivasi selama proses penyelesaian skripsi ini.
6. Ns. Andri Praja Satria, S.Kep., M.Sc., M.Biomed selaku penguji 1 yang telah banyak memberikan masukan, saran serta motivasi dalam proses pengerjaan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah membekali mahasiswanya dengan berbagai ilmu dan pengetahuan berharga selama masa perkuliahan kurang lebih 3 tahun ini.

8. Orang Tua saya yang selalu memberikan restu, dukungan, serta doanya disetiap langkah yang saya ambil, sehingga saya bisa sampai di tahap ini.
9. Yang saya cintai dan saya sayangi keluarga besar saya, yang sudah memberikan dukungan penuh atas pencapaian-pencapaian yang telah saya dapatkan dari awal sampai pada saat ini.
10. Yang sangat saya cintai saudara-saudariku di keluarga besar MAPALA UMKT, yang selalu memberikan dukungan semangat, bantuan, serta doanya kepada saya.
11. Yang saya cintai dan saya sayangi sahabat-sahabat saya Dalya Jemima Maulida Irawan, Ainul Latifah, Kharisma Maharani Riandini yang tidak berhenti memberikan bantuan, doa dan dukungannya terhadap saya selama ini.
12. Terakhir, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri karena telah berhasil melalui proses panjang perkuliahan Keperawatan hingga penyelesaian skripsi ini. Terima kasih sudah sabar, tetap bertahan, dan selalu sehat dalam setiap proses pendewasaan diri ini.

Dalam skripsi ini, saya menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Semoga kebaikan yang telah diberikan mendapatkan pahala dari Allah SWT. *Aamiin*

Wassalamualaikum Warahmatullahi'wabarakatu.

DAFTAR ISI

LEMBAR HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	16
A. Telaah Pustaka.....	16
1. Konsep Pendidikan Kesehatan	16
2. Konsep Pelatihan	22
3. Konsep Pengetahuan.....	28
4. Konsep Keterampilan	34
5. Konsep Keseleo (Sprain & Strain)	38
B. Penelitian Terkait.....	51
C. Kerangka Teori Penelitian	53
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	55
E. Hipotesis Penelitian	57

BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Rancangan Penelitian	58
B. Populasi Dan Sampel.....	59
C. Waktu Dan Tempat Penelitian	62
D. Definisi Oprasional	63
E. Instrumen Penelitian	64
F. Uji Validitas Dan Reliabilitas	66
G. Teknik Pengumpulan Data.....	70
H. Pengolahan dan Analisa Data.....	72
I. Etika Penelitian	77
J. Jalannya Penelitian.....	79
K. Jadwal Penelitian.....	81
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	82
A. Interpretasi Hasil Penelitian	82
B. Pembahasan	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran	101
DAFTAR PUSTAKA.....	103

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Tanda dan gejala (sprain & strain)	41
Gambar 2. 2 Tingkat 1 keparahan sprain & strain	42
Gambar 2. 3 Tingkat 2 keparahan sprain & strain	43
Gambar 2. 4 Tingkat 3 keparahan sprain & strain	43
Gambar 2. 5 Metode (Rest - istirahat)	45
Gambar 2. 6 Metode (Ice - Kompres es).....	46
Gambar 2. 7 Metode (Compression - Balut tekan)	48
Gambar 2. 8 Metode (Elevation - Meninggikan)	49
Gambar 2. 9 Kerangka teori <i>Sumber</i> : Data Primer diolah 2023	55
Gambar 2. 10 Kerangka konsep.....	56
Gambar 3. 1 Skema one group pretest-posttest desing.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi oprasional	63
Tabel 3. 2 Hasil Pengujian Validitas Kuesioner Pengetahuan.....	68
Tabel 3. 3 Hasil Pengujian Validitas Kuesioner Penanganan.....	68
Tabel 3. 4 Uji Relabilitas	70
Tabel 3. 5 Scoring	73
Tabel 3. 6 Coding.....	73
Tabel 3. 7 Jadwal penelitian	81
Tabel 4. 1 Karakteristik jenis kelamin	83
Tabel 4. 2 Karakteristik usia	83
Tabel 4. 3 Karakteristik fakultas.....	83
Tabel 4. 4 Karakteristik tingkat semester	84
Tabel 4. 5 Pelatihan P3K	85
Tabel 4. 6 Penanganan P3K.....	85
Tabel 4. 7 Nilai Pengetahuan pretest	86
Tabel 4. 8 Nilai Pengetahuan posttest.....	86
Tabel 4. 9 Nilai Keterampilan pretest	87
Tabel 4. 10 Nilai Keterampilan posttest.....	88
Tabel 4. 11 Hasil uji paired sample t test pengetahuan	88
Tabel 4. 12 Hasil uji paired sample t test keterampilan.....	89

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Biodata Peneliti
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan
- Lampiran 3 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 4 Lembar Observasi
- Lampiran 5 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 6 Booklet
- Lampiran 7 Hasil Data Rekapitulasi
- Lampiran 8 Hasil Output
- Lampiran 9 Surat Kode Etik
- Lampiran 10 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Buku Monitoring
- Lampiran 13 Hasil Test Uji Turnitin (Plagiasi)