

**NASKAH PUBLIKASI (MANUSKRIP)**

**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**

***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***

**PEMBIMBING :**

**Ns. MISBAH NURJANNAH, M. Kep**



**DISUSUN OLEH :**

**ULFA MAWARDA**

**1911102411105**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2023**

**Naskah Publikasi (Manuskript)**

**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**

***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***

**Pembimbing :**

**Ns. Misbah Nurjannah, M. Kep**



**Disusun Oleh :**

**Ulfa Mawarda**

**1911102411105**

**Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur  
2023**

**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**

NASKAH PUBLIKASI

**DISUSUN OLEH :**

**Uifa Mawarda**

**1911102411105**

**Disetujui untuk diujikan**

**Pada tanggal, 07 Juli 2023**

**Pembimbing**

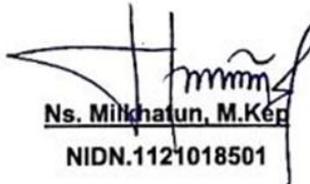


**Ns. Misbah Nuriannah, M.Kep**

**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**

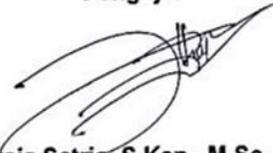
NASKAH PUBLIKASI

**DISUSUN OLEH :**

**ULFA MAWARDA  
1911102411105**

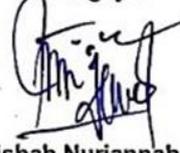
**Diseminarkan dan Diujikan  
Pada tanggal, 08 Juli 2023**

**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 Khoirah Muflihatin, M.Kep**  
NIDN. 1115017703

**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 Mawarda<sup>1</sup>, Misbah Nurjannah<sup>2</sup>**

**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 Mawarda<sup>1</sup>, Misbah Nurjannah<sup>2</sup>***

***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*

## 1. Pendahuluan

Keseleo merupakan cedera yang terjadi akibat dari melakukan aktivitas berat yang berlebihan, atau pada saat sedang berolahraga (Meikahani & Kriswanto, 2015). Keseleo terjadi pada daerah jaringan ikat yang menghubungkan otot dan tulang, biasanya orang awam mengenalnya dengan sebutan keseleo atau terkilir. Menurut Van Mechelen keseleo dikenal dengan istilah *sprain* dan *strain*. *Sprain* merupakan cedera yang terjadi pada daerah ligamentum, sedangkan *strain* merupakan cedera yang terjadi pada daerah otot dan tendon. Beberapa tanda yang dapat dilihat apabila seseorang mengalami cedera *sprain* dan *strain* diantaranya terjadi peradangan pada daerah tubuh yang mengalami cedera seperti, *rubor* (radang berwarna kemerahan), *tumor* (terdapat pembengkakan), *kalor* (mengalami peningkatan suhu atau panas), *dolor* (terasa nyeri), *functio laesa* (mengalami penurunan fungsi gerak) (Arovah, 2009).

Berdasarkan data dari Amerika Serikat dan Inggris, diperkirakan setiap tahunnya ditemukan sebanyak 2 juta kasus cedera *sprain* dan *strain*, dan merupakan penyebab utama kematian, kecelakaan (Febrina, 2021). Sekitar 40% *sprain* dan *strain* terjadi akibat dari pada saat melakukan aktivitas sehari-hari dan berolahraga. Untuk prevalensi *sprain* dan *strain* lebih tinggi dan sering ditemukan pada kelompok usia di bawah 24 tahun (Maysaroh, 2022). Di Indonesia sendiri prevalensi cedera sekitar 9,2% pada tahun 2018. Sedangkan Kalimantan Timur menduduki peringkat ke-8 atau sekitar 10,9% kasus cedera, dengan kasus keseleo/terkilir 33,10%. Di Samarinda prevalensi yang paling banyak mengalami cedera terjadi pada usia 15-24 tahun atau sekitar 13,76%, dengan proporsi bagian tubuh yang mengalami cedera terjadi pada anggota gerak atas 28,24%, dan anggota gerak bawah 69,54% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Dilihat dari tingginya kasus yang terjadi diatas, apabila tidak dilakukan penanganan dengan serius, tepat, dan benar dapat menyebabkan cedera bertambah parah, bisa mengalami kecacatan dan bahkan bisa sampai menyebabkan terjadinya kematian (Syamsuddin et al., 2021). Sehingga perlunya diadakannya pelatihan pertolongan pertama keseleo guna menambah pengetahuan dan keterampilan seseorang dalam memberikan penanganan. Dengan memberikan pelatihan ini, khususnya kepada orang awam diharapkan akan meningkatkan jumlah orang yang terlatih dan terampil dalam memberikan pertolongan pertama keseleo, sehingga mereka dapat menjadi penolong dilikup sekitarnya masing-masing. Oleh karena itu peneliti berpendapat, sangat penting mengajarkan dan memberikan pelatihan mengenai pertolongan pertama keseleo menggunakan metode RICE untuk meminimalisir terjadinya kasus cedera keseleo *sprain* dan *strain*.

Menurut *The American Academy of Orthopaedic Surgeons* dalam jurnal Nurjannah & Astuti, (2022) untuk mengatasi cedera *sprain* dan *strain* dengan menggunakan metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*), yaitu dengan mengistirahatkan daerah yang mengalami cedera selama kurang dari 72 jam, kemudian melakukan kompres es pada daerah yang cedera setiap 2-3 jam, dan membalut daerah yang cedera, serta meninggikan daerah yang cedera lebih tinggi daripada jantung. Penggunaan metode RICE secara efektif dapat mengendalikan peradangan dan pembengkakan (Arovah, 2009).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada Kamis 29 Desember 2022, di dapatkan data dari Mahasiswa Politani Samarinda, yaitu mengenai pengetahuan dan penanganan keseleo *sprain* dan *strain* dengan menggunakan kuesioner diperoleh hasil : sekitar 28% mahasiswa memiliki pemahaman yang kurang. Dan 19% mahasiswa memiliki pemahaman yang kurang dalam penanganan keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE. Berdasarkan permasalahan tersebut maka perlu adanya pemberian pendidikan kesehatan dan pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain*. Dengan pemberian pendidikan kesehatan dan pelatihan diharapkan mahasiswa dapat mampu menolong dirinya sendiri dan orang lain diruang lingkup mereka ataupun di masyarakat.

## 2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan menggunakan desain eksperimen semu (*quasia experiment*). Dengan pendekatan *one group pretest-posttest*, adapun teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *simple random sampling*, yaitu sekitar 72 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan pertolongan pertama kesele *sprain* dan *strain* dengan metode RICE, dan lembar observasi yang bersumber dari buku *First Aid* pertolongan pertama edisi 5 (Alton Thygerson, 2011) untuk mengukur keterampilan. Uji statistik yang digunakan ialah *paired samples t test*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1-30 Mei 2023 di Universitas Mulawarman, Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda, Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris, Politeknik Pertanian Negeri Samarinda, Politeknik Negeri Samarinda, dan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1 Hasil

#### 3.1.1 Analisis Univariat

Table 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	30,6
Perempuan	50	69,4
Usia		
15-20 Tahun	39	54,1
21-25 Tahun	33	45,8
Fakultas		
Ekonomi dan Bisnis	13	18,1
Hukum	2	2,8
Ilmu Budaya	2	2,8
Ilmu Dakwah dan Komunikasi	2	2,8
Ilmu Kesehatan	17	23,6
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	2	2,8
Keguruan dan Ilmu Pendidikan	5	6,9
Kehutanan	4	5,6
Perikanan	1	1,4
Pertanian	7	9,7
Teknik	15	20,8
Teknologi Industri	2	2,8
Semester		
Dua	21	29,2
Empat	19	26,4
Enam	21	29,2
Delapan	7	9,7
Sepuluh	2	2,8
Duabelas	2	2,8
Pelatihan P3K		
Pernah	61	84,7
Tidak Pernah	11	15,3
Penanganan P3K		
Pernah	50	69,4
Tidak Pernah	22	30,6
Pengetahuan <i>pretest</i>		
Sangat Baik	0	0,0
Baik	14	19,4
Cukup	21	29,2
Kurang	29	40,3
Sangat Kurang	8	11,1

Pengetahuan <i>posttest</i>		
Sangat Baik	2	2,8
Baik	34	47,2
Cukup	33	45,8
Kurang	2	2,8
Sangat Kurang	1	1,4
eKeterampilan <i>pretest</i>		
Sangat Baik	0	0,0
Baik	8	11,1
Cukup	39	54,2
Kurang	21	29,2
Sangat Kurang	4	5,6
Keterampilan <i>posttest</i>		
Sangat Baik	9	12,5
Baik	42	58,3
Cukup	21	29,2
Kurang	0	0,0
Sangat Kurang	0	0,0

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa responden laki-laki yaitu berjumlah 22 (30,6%), dan perempuan berjumlah 50 (69,4%). Dengan rentang usia responden 15-20 tahun berjumlah 39 (54,1%), dan usia 21-25 tahun berjumlah 33 (45,8%). Responden berasal dari 12 Fakultas yang berbeda-beda, diantaranya : fakultas ekonomi dan bisnis 13 (18,1%), fakultas hukum 2 (2,8%), fakultas ilmu budaya 2 (2,8%), fakultas ilmu dakwah dan komunikasi 2 (2,8%), fakultas ilmu kesehatan 17 (23,6%), fakultas ilmu sosial dan politik 2 (2,8%), fakultas ilmu keguruan dan ilmu pendidikan 5 (6,9%), fakultas kehutanan 4 (5,6%), fakultas perikanan 1 (1,4%), fakultas pertanian 7 (9,7%), fakultas teknik 15 (20,8%), fakultas teknologi industri 2 (2,8%). Responden berasal dari tingkat semester yang berbeda-beda, diantaranya : tingkat dua 21 (29,2%), tingkat empat 19 (26,4%), tingkat delapan 7 (9,7%), tingkat sepuluh 2 (2,8%), dan tingkat duabelas 2 (2,8%). Diketahui bahwa jumlah responden yang pernah mengikuti pelatihan P3K berjumlah 61 (84,7%), dan tidak pernah mengikuti pelatihan P3K berjumlah 11 (15,3%). Sedangkan jumlah responden yang pernah melakukan penanganan P3K berjumlah 50 (69, %), dan tidak pernah melakukan penanganan P3K berjumlah 22 (30,6%). Tingkat pengetahuan pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE sebelum diberikan intervensi pada responden, yaitu sejumlah 29 (40,3%) mahasiswa dikategorikan kurang, dan setelah diberikan intervensi sekitar 34 (47,2%) mahasiswa dikategorikan baik. Selanjutnya untuk tingkat keterampilan pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE sebelum diberikan intervensi pada responden, yaitu sejumlah 39 (54,2%) mahasiswa dikategorikan cukup, dan setelah diberikan intervensi sekitar 42 (58,3%) mahasiswa dikategorikan baik.

### 3.1.2 Analisis Bivariat

Table 2. Hasil uji *paired sample t test* pengetahuan

	Rerata	Selisih (sb)	IK95%	Nilai P
Pengetahuan sebelum penkes	64,21	11,27	8,9-13,5	<0,000
Pengetahuan setelah penkes	75,49			

Berdasarkan data uji diatas, diperoleh hasil nilai *p value* sebesar  $0,000 < 0,05$  hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan terhadap mahasiswa KSR.

Table 3. Hasil uji *paired sample t test* keterampilan

	Rerata	Selisih (sb)	IK95%	Nilai P
Pengetahuan sebelum penkes	54,17	22,50	20,4-24,5	<0,000
Pengetahuan setelah penkes	76,67			

Berdasarkan data uji diatas, diperoleh hasil nilai *p value* sebesar  $0,000 < 0,05$  hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Terdapat perbedaan yang signifikansi antara hasil keterampilan sebelum dan setelah dilakukan pelatihan terhadap mahasiswa KSR.

### 3.2 Pembahasan

#### 3.2.1 Karakteristik Responden

Hasil dari data karakteristik mahasiswa KSR di Samarinda, rata-rata responden perempuan lebih banyak mendominasi yaitu sekitar 50 (69,4%) dari 72 responden. Dengan rentang usia lebih banyak berusia 15-20 tahun sekitar 39 (54,1%). Mahasiswa KSR Samarinda yang menjadi responden pada penelitian ini terdiri dari 12 fakultas yang berbeda-beda, dimana sekitar 76,4% responden tersebut bukan berasal dari fakultas ilmu kesehatan (*non* kesehatan). Dengan lebih banyak didominasi oleh fakultas teknik 20,8%, fakultas ekonomi dan bisnis 18,1%, fakultas pertanian 9,7%. Yang terdiri dari tingkat semester berbeda-beda, diantaranya : tingkat dua berjumlah 21 (29,2%), tingkat empat 19 (26,4%). Sedangkan jumlah responden yang pernah mengikuti pelatihan P3K berjumlah 61 (84,7%), dan tidak pernah mengikuti pelatihan berjumlah 11 (15,3%). Responden yang pernah melakukan penanganan P3K berjumlah 50 (69,4%), dan tidak pernah melakukan penanganan berjumlah 22 (30,6%).

#### 3.2.2 Pengetahuan

Hasil analisis univariat didapatkan hasil *pretest* pengetahuan mahasiswa KSR sebelum diberikan pendidikan kesehatan diperoleh data pengetahuan responden dalam kategori kurang yaitu sebanyak 29 mahasiswa (40,3%), dan setelah diberikan pendidikan kesehatan hasil *posttest* pengetahuan responden dalam kategori baik, yaitu sebanyak 34 mahasiswa (47,2%). Kemudian hasil analisis bivariat dengan menggunakan *Paired samples t test* dengan *sig.(2-tailed)*  $< 0,05$  didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000 atau  $H_a$  diterima. Terdapat perbedaan yang nyata antara hasil pengetahuan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan terhadap mahasiswa KSR. dimana dengan memberikan pendidikan kesehatan terhadap responden dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan responden menjadi lebih baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurjannah & Astuti, (2022) disebutkan pengetahuan berhubungan sangat erat dengan pendidikan. Dimana pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan yang dimiliki masyarakat awam. Pada penelitiannya bisa terbukti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat awam yang pada awalnya berada pada kategori kurang, namun setelah dilakukan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan responden meningkat, dengan jumlah responden yang memiliki pengetahuan yang baik 62,5% dan cukup 33,3%. Dan sesuai hasil uji statistik yang dilakukan didapatkan hasil  $p < 0,005$ , bahwa ada perbedaan pengetahuan antara sebelum dan setelah pendidikan kesehatan.

Dalam Notoatmodjo, (2014) informasi merupakan suatu data yang dapat diperoleh dengan berbagai cara. Informasi memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Dimana semakin banyak responden menerima informasi maka pengetahuan yang ia miliki semakin baik, namun sebaliknya jika responden tidak pernah atau jarang mendapat informasi, maka pengetahuannya

akan kurang. Pengetahuan yang kurang terhadap responden disebabkan karena responden sebelumnya jarang mendapatkan stimulus terhadap suatu objek yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dari dirinya. Dimana tingkat pengetahuan berasal dari kata tahu "know" dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu.

Dari pemaparan diatas peneliti melihat bahwa kurangnya informasi yang didapat oleh responden dapat mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki. Hal ini dibuktikan oleh peneliti sebelumnya yaitu Maysaroh, (2022) dimana dalam penelitiannya ada perbedaan yang cukup signifikan antara pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan media audiovisual. Terjadi penambahan jumlah 58 responden dari 76, memiliki pengetahuan yang baik setelah dilakukan intervensi dengan nilai  $p$  value  $0,000 < 0,05$  sehingga  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima. Artinya ada perbedaan tingkat keterampilan pertolongan pertama cedera *sprain* dan *strain* dengan metode RICE sebelum dan setelah dilakukan intervensi pada siswa SMP.

Berdasarkan uraian diatas peneliti menyimpulkan bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Dan sesuai hasil uji statistik yang dilaksanakan di dapatkan hasil bahwa setelah diberikan intervensi pengetahuan responden dikategorikan baik. Oleh karena itu pendidikan kesehatan dan pelatihan pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE dapat dijadikan sebagai intervensi untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa.

### 3.2.3 Keterampilan

Hasil analisis univariat didapatkan hasil *pretest* keterampilan mahasiswa KSR sebelum diberikan pelatihan diperoleh data keterampilan responden dalam kategori cukup yaitu sebanyak 39 mahasiswa (54,2%), dan setelah diberikan pelatihan hasil *posttest* keterampilan responden dalam kategori baik, yaitu sebanyak 42 mahasiswa (58,3%). Kemudian hasil analisis bivariat dengan menggunakan *Paired samples t test* dengan *sig. (2-tailed) < 0,05* didapatkan nilai  $p$  value sebesar 0,000 atau  $H_a$  diterima. Terdapat pengaruh pelatihan terhadap keterampilan mahasiswa KSR pada pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Khairunnisa & Fitriana, Fatwati, (2020) menyatakan bahwa rata-rata keterampilan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan pelatihan adalah kurang. Pada penelitiannya bisa dibuktikan dengan hasil pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi nilai rata-rata 8,97%, dan keterampilan 4,97%. Kemudian setelah diberikan intervensi nilai rata-rata pengetahuan responden 15,03%, dan keterampilan 8,97% dengan diperoleh  $p$  value 0,000. Peneliti menyimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan pertolongan pertama pada kecelakaan P3K terhadap pengetahuan dan keterampilan anggota taekwondo di UMP.

Dalam jurnal Maysaroh, (2022) keterampilan merupakan aplikasi dari pengetahuan sehingga tingkat keterampilan seseorang berkaitan dengan pengetahuan. Keterampilan merupakan praktik atau tindakan yang dilakukan oleh peserta. Sehingga diperlukan materi pendidikan yang sesuai dengan keterampilan yang diperlukan untuk menambah informasi dalam mengembangkan keterampilan tersebut. Sebelum terjadi perubahan perilaku, seseorang akan mempunyai persepsi terhadap apa yang akan dijalaninya sehingga menimbulkan persepsi yang berhubungan dengan tingkat keterampilan yang diperoleh dari informasi, sehingga bila informasi yang diterima kurang jelas hasil pembelajaran yang didapat juga tidak optimal kurangnya atau belum mendapatkan informasi mengenai pertolongan pertama.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Oktavian & Roepajadi, (2021) dimana dalam penelitiannya terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara keterampilan sebelum dan setelah dilakukan

pelatihan. Dengan hasil dari penelitian menunjukkan tingkat pemahaman penanganan cedera akut dengan metode RICE ada 7 (43,75%) responden tergolong dalam kategori “baik sekali”, 8 (50%) dalam kategori “baik”, 1 (6,25%) tergolong dalam kategori “cukup”.

Dari pemaparan diatas peneliti berpendapat bahwa keterampilan responden mengalami peningkatan keterampilan setelah diberikan pelatihan. Dan sesuai hasil uji statistik yang dilaksanakan di dapatkan hasil bahwa setelah diberikan intervensi keterampilan responden dikategorikan baik. Oleh karena itu pelatihan pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE dapat dijadikan sebagai intervensi untuk meningkatkan keterampilan atau *skill* mahasiswa.

#### 4. Kesimpulan

Sesuai hasil penelitian yang telah dilaksanakan ke mahasiswa KSR Samarinda tentang pengaruh pendidikan kesehatan & pelatihan terhadap pengetahuan dan keterampilan mahasiswa KSR pada pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan intervensi, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang kurang sebanyak 29 (40,3%), dan setelah diberikan intervensi sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 34 (47,2%). Sedangkan tingkat keterampilan sebelum diberikan intervensi, sebagian besar responden mempunyai keterampilan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 39 (54,2%), dan setelah diberikan intervensi sebagian besar responden mengalami peningkatan keterampilan dengan kategori baik sebanyak 42 (58,3%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan & pelatihan terhadap pengetahuan dan keterampilan mahasiswa KSR pada pertolongan pertama keseleo *sprain* dan *strain* dengan metode RICE (*rest, ice, compression, elevation*) di Samarinda, sebelum dan setelah diberikan intervensi. Dibuktikan dengan hasil uji analisis diperoleh nilai *pretest-posttest* pengetahuan dan keterampilan  $p=0,000 < 0,05$ .

#### Daftar Pustaka

- Arovah, N. (2009). *Diagnosis Dan Manajemen Cedera Olahraga. Diagnosis Dan Manajemen Cedera Olahraga*, 1–11.
- Febrina, A. (2021). *Ankle Sprain*. Alomedika. <https://www.alomedika.com/penyakit/ke-dokteran-olahraga/ankle-sprain/epidemiologi>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas Provinsi Kalimantan Timur 2018. *Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan*, 304.
- Khairunnisa, I., & Fitriana, Fatwati, N. (2020). Pengaruh Penkes Dan Simulasi P3K Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Menangani Cedera Ankle Strain Pada Anggota Taekwondo. *JurnalKeperawatan, September, 5*. <http://journal.umsurabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/5221>
- Maysaroh, N. (2022). Perbedaan Pengetahuan Dan Keterampilan Pertolongan Pertama Cedera Sprain dan Strain Dengan Metode RICE Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Media Audiovisual Pada Siswa SMP. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 5, Issue 3).
- Meikahani, R., & Kriswanto, E. S. (2015). Pengembangan Buku Saku Pengenalan Pertolongan dan Perawatan Cedera Olahraga Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(1), 15–22.
- Notoatmodjo. (2014). Buku Pengetahuan dan Tingkatan Pengetahuan. In *Penelitian Ilmiah* (Vol. 53, Issue 9). [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1066/1/BAB II.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1066/1/BAB%20II.pdf)
- Nurjannah, M., & Astuti, Z. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penanganan Sprain dan Strain (Keseleo) Pada Masyarakat Awam di Samarinda. *Jurnal Kesehatan : Caritas et Fraternitas*, 1(1), 19–24.

- Oktavian, M., & Roepajadi, J. (2021). Tingkat Pemahaman Penanganan Cedera Akut Dengan Metode R.I.C.E Pada Pemain Futsal Yanitra FC Sidoarjo Usia 16-23 Tahun. *Indonesian Journal of Kinanthropology*, 1(1), 55–65.
- Syamsuddin, W. N., Sari, F. S., & Mardiyah, S. (2021). *Pengaruh Pemberian Pelatihan Rice Terhadap Keterampilan Penanganan Cedera Strain Pada Atlet Pencak Silat Di Sragen. 002.*
- Thygerson, A. (2011). *First Aid Pertolongan Pertama Edisi Kelima* (B. Gulli & J. R. Krohmer (eds.); kelima). erlangga.



**UMKT**  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
Kalimantan Timur

Kampus 1 : Jl. Ir. H. Juanda, No.15, Samarinda  
Kampus 2 : Jl. Pelita, Pesona Mahakam, Samarinda  
Telp. 0541-748511 Fax.0541-766832

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN ARTIKEL PUBLIKASI**

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi wabarakatuh*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ns. Misbah Nurjannah, M.Kep  
NIDN : 1129018501  
Nama : Ulfa Mawarda  
NIM : 1911102411105  
Fakultas : Ilmu Keperawatan  
Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa artikel ilmiah 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" telah di submit pada Jurnal Ilmu Kesehatan Pada Tahun 2023.

<https://journals.umkt.ac.id/index.php/iik/authorDashboard/submission/3789>

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi wabarakatuh*

Mahasiswa

**Ulfa Mawarda**  
NIM.1911102411105

Samarinda, 16 Agustus 2023

Pembimbing

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

NP : Pengaruh Pendidikan  
Kesehatan & Pelatihan  
Terhadap Pengetahuan Dan  
Keterampilan Mahasiswa KSR  
Pada Pertolongan Pertama  
Keseleo (Sprain & Strain)  
Dengan Metode RICE

*by* Ulfa Mawarda

---

**Submission date:** 11-Aug-2023 11:54AM (UTC+0800)

**Submission ID:** 2144252469

**File name:** Ulfa\_Mawarda\_1911102411105\_2.docx (23.54K)

**Word count:** 2560

**Character count:** 16991

NP : Pengaruh Pendidikan Kesehatan & Pelatihan Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Mahasiswa KSR Pada Pertolongan Pertama Keseleo (Sprain & Strain) Dengan Metode RICE

ORIGINALITY REPORT

<b>25%</b> SIMILARITY INDEX	<b>21%</b> INTERNET SOURCES	<b>14%</b> PUBLICATIONS	<b>6%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>journal.universitaspahlawan.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>2</b>	<b>123dok.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>jurnal.stikesmus.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>Fidya Hanifa, Sawitri Dewi. "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche", Proceedings Series on Health &amp; Medical Sciences, 2023</b> Publication	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>Serlita Sari Rahayu, Yenny Aulya, Retno Widiowati. "Pengaruh Kombinasi Jus Belimbing Wuluh dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Dewasa Penderita Hipertensi Rawat Jalan di</b>	<b>1%</b>

Lampiran Link Up Journal :

<https://journals.umkt.ac.id/index.php/jik/authorDashboard/submission/3657>