

**GAMBARAN PENGETAHUAN ORANG TUA DAN PELATIH
KLUB SEPAK BOLA ANGKASA KAWERON TENTANG
PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA**

KARYA TULIS ILMIAH

AJENG SUKMA WIBAWA

NIM: P17230231042



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN PRODI D-3 KEPERAWATAN BLITAR**

2025/2026

GAMBARAN PENGETAHUAN ORANG TUA DAN PELATIH KLUB SEPAK BOLA ANGKASA KAWERON TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Ahli Madya di Program Studi D-3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

AJENG SUKMA WIBAWA

NIM: P17230231042



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN PRODI D-3 KEPERAWATAN BLITAR**

2025/2026

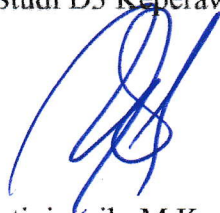
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah
“Gambaran Pengetahuan Orang Tua Dan Pelatih Klub Sepak Bola Angkasa
Kaweron Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga”

Disusun oleh :
Ajeng Sukma Wibawa
NIM P17230231042

Telah disetujui oleh Pembimbing pada tanggal :
11 Mei 2026

Ketua
Program Studi D3 Keperawatan Blitar



Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD. NS.
NIP. 197109221996032001

Pembimbing



Ns. Dewi Rachmawati, M.Kep.
NIP. 198404062023212043

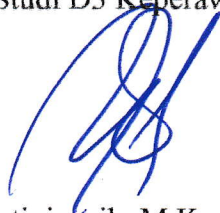
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah
“Gambaran Pengetahuan Orang Tua Dan Pelatih Klub Sepak Bola Angkasa
Kaweron Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga”

Disusun oleh :
Ajeng Sukma Wibawa
NIM P17230231042

Telah disetujui oleh Pembimbing pada tanggal :
11 Mei 2026

Ketua
Program Studi D3 Keperawatan Blitar



Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD. NS.
NIP. 197109221996032001

Pembimbing



Ns. Dewi Rachmawati, M.Kep.
NIP. 198404062023212043

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

**“GAMBARAN PENGETAHUAN ORANG TUA DAN PELATIH KLUB SEPAK
BOLA ANGKASA KAWERON TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA
CEDERA OLAHRAGA”**

Disusun oleh :
Ajeng Sukma Wibawa
NIM P17230231042

Telah dipertahankan dalam Seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal :
26 Mei 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Andi Hayyun Abiddin, S.ST., M. Sc
NIP. 199001292023211015
Anggota,

Ns. Dewi Rachmawati, M.Kep
NIP. 198404062023212043

(.....)
(.....)

Malang,

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang,



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197608102002122001

GAMBARAN PENGETAHUAN ORANG TUA DAN PELATIH KLUB SEPAK BOLA ANGKASA KAWERON TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA

Wibawa, Ajeng Sukma

Program Studi D3 Keperawatan Blitar, Jl Dr. Soetomo No. 56

Email : ajengskm150505@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Dalam dunia olahraga sepak bola merupakan olahraga yang memiliki risiko cedera tinggi. Cedera olahraga dapat mengakibatkan kerusakan yang terjadi pada sistem integumen, otot, dan tulang rangka akibat kesalahan dalam metode latihan, kelemahan otot, maupun penopang sendi. Pengetahuan pelatih dan orang tua mengenai cedera olahraga dapat memberikan pertolongan pertama dengan cepat, tepat dan dapat mencegah terjadinya cedera yang lebih fatal. (pertolongan pertama yang tepat dapat mencegah dapat mencegah terjadinya cedera yang lebih fatal. pengetahuan orang tua dan pelatih memberikan dampak terhadap pertolongan pertama cedera olahraga. **Tujuan** : untuk mengetahui pengetahuan orang tua dan pelatih Klub Sepak Bola Angkasa Kaweron tentang pertolongan pertama cedera olahraga. **Metode penelitian** : Menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan jumlah responden 48 orang menggunakan teknik total sampling, pengambilan data dilakukan di lapangan Angkasa Kaweron pada tanggal 12 Mei 2026, data dikumpulkan melalui kuesioner yang dibagikan secara langsung kepada responden kemudian hasil dianalisis secara deskriptif. **Hasil** : Menunjukkan tingkat pengetahuan responden yaitu baik dengan presentase pengetahuan orangtua (63,64%) pelatih (75%). Pada komponen *Rest* masih berada pada kategori cukup (43,75%) belum semua responden memahami pentingnya mengistirahatkan bagian tubuh yang cedera sebagai langkah awal penanganan. **Kesimpulan** : Tingkat pengetahuan responden tentang pertolongan pertama cedera olahraga berada pada kategori baik, namun masih terdapat kekurangan terutama pada pemahaman komponen *Rest*. Perlu upaya peningkatan edukasi tentang pentingnya seluruh komponen RICE agar penanganan cedera dapat dilakukan secara optimal dan meminimalkan terjadinya cedera berkelanjutan.

Kata kunci : Pengetahuan, Pertolongan Pertama, Cedera Olahraga

OVERVIEW OF KNOWLEDGE OF PARENTS AND COACHES OF ANGKASA KAWERON FOOTBALL CLUB ABOUT FIRST AID FOR SPORTS INJURIES

Wibawa, Ajeng Sukma

D3 Nursing Study Program, Blitar, Jl. Dr. Soetomo No. 56

Email: ajengskm150505@gmail.com

ABSTRACT

Background : In the world of sports, football is a sport with a high risk of injury. Sports injuries can cause damage to the integumentary system, muscles, and skeletal system due to improper training methods, muscle weakness, or inadequate joint support. The knowledge of coaches and parents regarding sports injuries is important because it can help provide first aid quickly and appropriately, thereby preventing more severe injuries. The knowledge of parents and coaches also has an impact on the accuracy of first aid management for sports injuries. **Objective:** To determine the level of knowledge of parents and coaches at the Angkasa Kaweron Football Club regarding first aid for sports injuries. **Methods:** This study used a quantitative descriptive method with a total of 48 respondents selected using a total sampling technique. Data collection was conducted at the Angkasa Kaweron football field on May 12, 2026. The data were collected through questionnaires distributed directly to the respondents, and the results were analyzed descriptively. **Results:** The findings indicate that the respondents had a good level of knowledge, with parental knowledge reaching 63.64% and coaches' knowledge reaching 75%. However, the Rest component was still categorized as moderate (43.75%), indicating that not all respondents understood the importance of resting the injured body part as an initial step in injury management. **Conclusion:** The respondents' level of knowledge regarding first aid for sports injuries was categorized as good; however, there were still deficiencies, particularly in understanding the Rest component. Efforts are needed to improve education regarding the importance of all RICE components so that injury management can be carried out optimally and the risk of recurrent injuries can be minimized.

Keywords : Knowledge, First Aid, Sports Injuries

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah/Laporan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya (A.Md.) Keperawatan pada Program Studi D-3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Poltekkes Malang. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Direktur Poltekkes Malang Dr. Siti Nur Kholifah, SKM., M.Kep., Sp.Kom.
2. Ketua Jurusan Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep.
3. Ketua Program Studi D-3 Keperawatan Blitar Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD. NS.
4. Pembimbing saya Ns. Dewi Rachmawati, M.Kep. yang telah mengarahkan dan memberi saran untuk penelitian saya.
5. Penguji saya Andi Hayyun Abiddin, S.ST., M.Sc.
6. Kepala Lahan Penelitian Klub sepak Bola Angkasa Kaweron.
7. Orang tua dan Adik saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral serta kasih sayang yang tak terhingga, pengorbanan yang tak kenal lelah dan selalu menghibur saat aku mulai gelisah, terimakasih telah menjadi alasan terbesarku untuk terus berjuang.
8. Diri saya sendiri telah bertahan sejauh ini dan mampu menuntaskan tugas akhir dengan baik dan terus mengucap syukur sekecil apapun pencapaian dan belajar dari sebuah kesalahan untuk menciptakan sebuah kesempurnaan.
9. Teman-teman terdekat saya yang telah menjadi sistem pendukung dengan berbagai motivasi yang diberikan, mau menemani saya mengerjakan revisi dengan segelas matcha terkadang juga lemon tea hingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Blitar, Mei 2026

Ajeng Sukma Wibawa

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iv
GAMBARAN PENGETAHUAN ORANG TUA DAN PELATIH KLUB SEPAK BOLA ANGKASA KAWERON TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA	v
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat secara teoritis.....	4
2. Manfaat secara praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Teori-Teori.....	6
1. Cedera Olahraga.....	6
2. Pertolongan Pertama	12
3. Pengetahuan	16
B. Kerangka Teori.....	19
BAB III	20
METODE PENELITIAN	20
A. Jenis Penelitian.....	20

B. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	20
1. Waktu	20
2. Tempat.....	20
C. Populasi Dan Sampel	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel.....	21
3. Teknik sampling	21
D. Cara Pengumpulan Data.....	21
E. Alat Pengumpulan Data	22
F. Tabel Hasil Uji Validitas Instrument	23
G. Variabel	24
H. Definisi Operasional.....	25
I. Cara Pengolahan Dan Analisis Data	26
1. Cara pengolahan data	26
2. Analisa data.....	27
J. Etik Penelitian	28
K. Keterbatasan Penelitian.....	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Hasil	29
B. Pembahasan.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42
BIODATA	62

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tabel hasil uji validitas instrument.....	23
Tabel 3. 2 Definisi operasional pengetahuan pertolongan pertama	25
Tabel 3. 3 Kegiatan penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	29
Tabel 4. 2 Kategori pengetahuan responden berdasarkan komponen RICE	30
Tabel 4. 3 tingkat pengetahuan responden tentang pertolongan pertama cedera olahraga menggunakan metode RICE.....	31
Tabel 4. 4 Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera olahraga berdasarkan karakteristik responden	32

DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 2. 1 Kerangka Teori Penelitian Gambaran Pengetahuan Orang Tua Dan Pelatih Klub Sepak Bola Angkasa Kaweron</i>	19
---	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Lembar Persetujuan Responden	46
Lampiran 1. 2 Kisi-kisi Pengetahuan RICE	47
Lampiran 1. 3 Kuesioner Pengetahuan RICE	49
Lampiran 1. 4 Surat Izin Penelitian.....	52
Lampiran 1. 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian	53
Lampiran 1. 6 Tabulasi data responden.....	54
Lampiran 1. 7 Tabulasi pengetahuan.....	56
Lampiran 1. 8 Keterangan coding.....	58
Lampiran 1. 9 Lembar Konsultasi.....	59
Lampiran 1. 10 Biodata.....	62