

**PENGARUH EDUKASI PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA
OLAHRAGA DENGAN METODE “PRICE” TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN
ANGGOTA PENCAK SILAT “PAGAR NUSA” DI
PERGURUAN SYEKH SUBAKIR BLITAR**

KARYA TULIS ILMIAH

INDAH PUTRI WAHYUNINGTYAS

NIM. P17230231007



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI D-3 KEPERAWATAN BLITAR**

2026

**PENGARUH EDUKASI PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA
OLAHRAGA DENGAN METODE “PRICE” TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN
ANGGOTA PENCAK SILAT “PAGAR NUSA” DI
PERGURUAN SYEKH SUBAKIR BLITAR**

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

INDAH PUTRI WAHYUNINGTYAS

NIM:P17230231007



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI D-3 KEPERAWATAN BLITAR**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

“Pengaruh Edukasi Pertolongan Pertama Cedera Olahraga dengan Metode
“PRICE” Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Keterampilan Anggota Pencak Silat
“Pagar Nusa” di Perguruan Syekh Subakir Blitar”

Disusun oleh:

INDAH PUTRI WAHYUNINGTYAS

NIM P17230231007

Telah disetujui oleh Pembimbing pada tanggal:

24 April 2026

Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar



Wiwid Martiningsih, M. Kep., Ph. D.NS
NIP. 197109221996032001

Pembimbing

Ns. Arif Mulwadi, M. Kep
NIP. 197507292001121002

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

“Pengaruh Edukasi Pertolongan Pertama Cedera Olahraga dengan Metode
“PRICE” Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Keterampilan Anggota Pencak Silat
“Pagar Nusa” di Perguruan Syekh Subakir Blitar”

Disusun oleh:

INDAH PUTRI WAHYUNINGTYAS

P17230231007

Telah dipertahankan dalam Seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal:

30 April 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Rudi Hamarno, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196905111992031004

(.....)

Anggota,

Ns. Arif Mulyadi, M. Kep
NIP. 197507292001121002

(.....)

Malang, 30 April 2026
Ketua Jurusan Keperawatan,



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

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Indah Putri Wahyuningtyas

NIM : P17230231007

Tanda tangan : 

Tanggal : 24 April 2026

PERSEMBAHAN DAN MOTTO

PERSEMBAHAN

Dengan kerendahan hati saya persembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Ibu saya tercinta yang kasih sayangnya tidak pernah habis, atas semua doa yang selalu mengalir disetiap langkah saya, usaha dan pengorbanan yang tak pernah lelah untuk membiayai pendidikan saya,
2. Kepada ayah tercinta yang sudah tenang di surga, semoga menyaksikan serta bangga atas keberhasilan putri kecilnya ini yang telah sampai dititik sekarang. Meskipun raga ayah tidak disini tetapi kasih sayang dan nasihatmu selalu teringat. Ayah terimakasih juga berkat semua nasehatmu aku tidak menjadi anak yang bingung dan berkata “ayah ini arahnya kemana?”
3. Teman terdekat saya yang berinisial MU, terimakasih sudah bersedia dan sabar dalam perjalanan yang tidak selalu mudah ini yang selalu menjadi tempat pulang yang siap jadi pendengar, penasihat, pendukung saya bahkan ketika saya berada dititik terendah. Terimakasih sudah hadir dalam proses panjang ini, menemani setiap tangis, tawa dan perjuangan hingga karya ini terselesaikan.

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

"Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan"

(QS. Al-Insyirah : 6)

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya”

PENGARUH EDUKASI PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA
DENGAN METODE PRICE TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN
TINGKAT KETERAMPILAN ANGGOTA PENCAK SILAT PAGAR NUSA DI
PERGURUAN SYEKH SUBAKIR BLITAR

Wahyuningtyas, Indah Putri

Program Studi D3 Keperawatan Blitar, Jl. Dr. Soetomo No. 58

Email: indahputri75421@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Cedera olahraga merupakan suatu kejadian yang sering terjadi pada pencak silat sebagai salah satu cabang olahraga yang mengutamakan intensitas fisik berupa tendangan, pukulan dan bantingan. Pengetahuan dan keterampilan yang kurang mengenai penanganan pertolongan pertama cedera olahraga sangat menentukan kelanjutan kondisi cedera. Upaya yang dapat dilakukan adalah edukasi pertolongan pertama dengan metode PRICE (protection, rest, ice, compression, elevation). **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi pertolongan pertama cedera olahraga dengan metode PRICE terhadap tingkat pengetahuan dan keterampilan anggota pencak silat Pagar Nusa di Perguruan Syekh Subakir Blitar sebelum dan sesudah edukasi. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 35 orang dengan teknik sampling jenuh. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan lembar observasi untuk menilai keterampilan. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. **Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari kategori sangat baik sebesar 57% sebelum edukasi menjadi 74,3% setelah edukasi. Keterampilan responden juga mengalami peningkatan, dimana sebelum edukasi seluruh responden (100%) kurang baik menjadi baik (100%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,003$ pada variabel pengetahuan dan nilai $p = 0,000$ pada variabel keterampilan ($p < 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan edukasi terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan. **Kesimpulan:** Pemberian edukasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan anggota Pencak Silat Pagar Nusa di Perguruan Syekh Subakir dalam melakukan pertolongan pertama cedera olahraga dengan metode PRICE.

Kata kunci: edukasi, metode PRICE, pengetahuan, keterampilan, cedera olahraga

THE EFFECT OF FIRST AID EDUCATION FOR SPORTS INJURIES USING THE PRICE METHOD ON THE KNOWLEDGE AND SKILL LEVELS OF MEMBERS OF THE PAGAR NUSA PENCAK SILAT CLUB AT THE SYEKH SUBAKIR BLITAR SCHOOL

Wahyuningtyas, Indah Putri

D3 Nursing Program, Blitar, Jl. Dr. Soetomo No. 58

Email: indahputri75421@gmail.com

ABSTRACT

Background: Sports injuries are a common occurrence in pencak silat, a martial art characterized by high physical intensity involving kicks, strikes, and throws. Insufficient knowledge and skills regarding first aid for sports injuries significantly influence the progression of the injury. One effective approach is first aid education using the PRICE method (protection, rest, ice, compression, elevation). **Research Objective:** This study was conducted to determine the effect of first aid education for sports injuries using the PRICE method on the level of knowledge and skills of Pagar Nusa pencak silat members at Syekh Subakir Blitar School before and after the education was given. **Research Method:** This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The study population consisted of 35 participants using a saturation sampling technique. Data collection was conducted using a questionnaire to measure knowledge and an observation sheet to assess skills. Data analysis used the Wilcoxon Signed Ranks Test. **Research Result:** The results of the study indicate an increase in knowledge in the “very good” category from 57% before the educational program to 74.3% after the program. Respondents’ skills also improved; prior to the program, all respondents (100%) were rated “poor,” but after the program, all (100%) were rated “good.” The Wilcoxon test results showed a p-value of 0.003 for the knowledge variable and a p-value of 0.000 for the skill variable ($p < 0.05$), indicating a significant effect of the education program on the improvement of knowledge and skills. **Conclusion:** The provision of education has a significant effect on improving the knowledge and skills of members of the Pagar Niusa Pencak Silat group at the Syekh Subakir Academy in performing first aid for sports injuries using the PRICE method.

Keywords: education, PRICE method, knowledge, skills, sports injuries

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa , karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah 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 terimakasih kepada:

1. Afnani Toyibah, A.Per.Pen., M.Pd Selaku PLT Direktur Polilteknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S. Kep., Ns., M. Kep Selaku Ketua Jurusan Keperwatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang
3. Wiwin Martiningsih, M. Kep., Ph. D.NS Selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar
4. Ns. Arif Mulyadi, M. Kep selaku dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah
5. Rudi Hamarno, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Penguji yang telah memberi arahan dan bimbingannya.
6. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan do'a, semangat, perhatian, serta bantuan dukungan material maupun moral yang selalu bersedia untuk mendengarkan segala cerita bahagia dan keluh kesah penulis atas apapun yang dilalui sehingga penulis mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Seluruh civitas akademika Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar
8. Segenap keluarga besar Perguruan Syekh Subakir Blitar yang bersedia menjadi lahan penelitian
9. Saya sendiri yang sudah sanggup untuk berjuang menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah
10. Teman-teman seperjuangan serta orang terdekat yang selalu memberikan motivasi dan semangat

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, 24 April 2026
Penulis

Indah Putri Wahyuningtyas
NIM. P17230231007

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
PERSEMBAHAN DAN MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep dasar Pertolongan Pertama PRICE	7
1. Pengertian.....	7
2. Cedera yang dapat ditangani dengan metode PRICE	10
3. Kontraindikasi	11
B. Konsep Dasar Edukasi (Pendidikan Kesehatan)	11
1. Pengertian Edukasi.....	11
2. Tujuan Edukasi.....	12
3. Ruang lingkup	13
4. Faktor yang memperngaruhi edukasi	13
5. Prinsip Edukasi	14
6. Tahapan Kegiatan Pendidikan Kesehatan	15
7. Metode Pendidikan Kesehatan	15

8. Media atau alat bantu	20
C. Konsep Pengetahuan	21
1. Pengertian Pengetahuan	21
2. Klasifikasi pengetahuan	22
3. Tingkat pengetahuan	22
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan	24
5. Pengukuran variabel pengetahuan	26
D. Konsep keterampilan.....	28
1. Pengertian keterampilan.....	28
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan	29
3. Pengukuran variabel keterampilan.....	29
E. Pencak Silat Pagar Nusa.....	30
1. Sejarah dan Profil Pagar Nusa	30
2. Visi dan Misi	32
E. Kerangka Teori.....	33
F. Hipotesis.....	34
BAB III	35
METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel	36
1. Populasi.....	36
2. Sampel dan Besar Sampel.....	36
3. Sampling	37
D. Cara Pengumpulan Data.....	37
E. Alat Pengumpulan Data	38
F. Variabel	39
1. Variabel Independent.....	39
2. Variabel Dependent	40
G. Definisi Operasional.....	41
H. Kerangka Operasional.....	43
I. Cara Pengolahan dan Analisis Data	43

BAB IV	46
HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Penelitian	46
1. Data umum	46
2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi	47
3. Tingkat Keterampilan Sebelum dan Sesudah Edukasi	48
4. Analisis Pengaruh Edukasi	51
B. Pembahasan	53
BAB V	63
KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	70
BIODATA	113

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Persentase Sampel	36
Tabel 2.	Definisi Operasional	41
Tabel 3.	Distribusi Frekuensi Anggota Pencak Silat Pagar Nusa Berdasarkan Jenis Kelamin di Perguruan Syekh Subakir Tahun 2026	46
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Anggota Pencak Silat Pagar Nusa Berdasarkan Lama Latihan di Perguruan Syekh Subakir Tahun 2026	47
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Kriteria Anggota Pencak Silat Pagar Nusa Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Edukasi di Perguruan Syekh Subakir Tahun 2026	47
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Anggota Pencak Silat Pagar Nusa Berdasarkan Kriteria Pengetahuan Setelah Edukasi di Perguruan Syekh Subakir Tahun 2026	48
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Anggota Pencak Silat Pagar Nusa berdasarkan Kriteria Keterampilan Sebelum Edukasi di Perguruan Syekh Subakir Tahun 2026	48
Tabel 8	Nilai Rata-rata Anggota Pencak Silat Pagar Nusa dalam Keterampilan Pertolongan Pertama Metode PRICE Sebelum Edukasi di Perguruan Syekh Subakir Blitar Tahun 2026	49
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Anggota Pencak Silat Pagar Nusa Berdasarkan Kriteria Keterampilan Setelah Edukasi Di Perguruan Syekh Subakir Blitar Tahun 2026	50
Tabel 10	Nilai Rata-rata Anggota Pencak Silat Pagar Nusa dalam Keterampilan Pertolongan Pertama Metode PRICE Sesudah Edukasi di Perguruan Syekh Subakir Blitar Tahun 2026	50
Tabel 11	Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test Pengetahuan	51
Tabel 12	Hasil Uji Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test Keterampilan...	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	33
Gambar 2. Kerangka Operasional.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar persetujuan	70
Lampiran 2. SOP metode PRICE	71
Lampiran 3. Kisi-kisi kuesioner PRICE.....	73
Lampiran 4. Kuesioner pengetahuan PRICE	75
Lampiran 5. Lembar Observasi Keterampilan PRICE.....	78
Lampiran 6. SAP pertolongan pertama cedera olahraga metode PRICE.....	80
Lampiran 7. Timetable Pelaksanaan Penelitian	96
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	97
Lampiran 9. Surat Keterangan Selesai Penelitian	98
Lampiran 10. Contoh soal kasus cedera olahraga.....	99
Lampiran 11. Koding hasil pre-post edukasi (pengetahuan).....	101
Lampiran 12. Koding hasil pre-post edukasi (keterampilan).....	105
Lampiran 13. Hasil Uji Wilcoxon Variabel Pengetahuan	107
Lampiran 14. Hasil Uji Wilcoxon Variabel Keterampilan	108
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan Pre Test.....	109
Lampiran 16. Dokumentasi Post Edukasi	110
Lampiran 17. Lembar Konsultasi.....	111