

ABSTRAK

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Juli 2024
Rodhistya Athoillah

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *RICE* Terhadap Keterampilan
Pertolongan Pertama Cedera Olahraga *Sprain* Pada Palang Merah Remaja SMA
Negeri 1 Jenggawah

xviii + 73 hal + 9 tabel + 15 lampiran

Abstrak

Cedera adalah kerusakan pada tubuh seperti memar, luka, dislokasi otot dan persendian akibat benturan atau gerakan yang terlalu kuat sehingga menyebabkan otot, tulang, dan persendian tidak dapat berfungsi dengan baik. *Sprain* atau keseleo adalah cedera pada ligamen yaitu pada jaringan ikat yang menghubungkan tulang dengan tulang di sendi. Cedera ini terjadi akibat peregangan atau robekan ligamen, sering kali disebabkan oleh gerakan yang tiba-tiba atau tidak wajar seperti memutar atau membengkokkan sendi secara berlebihan. Gejala sprain meliputi nyeri bengkak, memar, dan kesulitan dalam menggerakkan sendi yang terkena. Pendidikan kesehatan memiliki maksud untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan pertolongan pertama pada cedera sprain. Pemberian pendidikan kesehatan metode *RICE* diharapkan anggota palang merah remaja dapat menolong dirinya sendiri dan orang lain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *RICE* Terhadap Keterampilan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga *Sprain* Pada Palang Merah Remaja SMA Negeri 1 Jenggawah. Penelitian ini menggunakan desain *Pre-Experimental* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian terdiri dari 42 responden dan seluruhnya menjadi sampel melalui teknik Total Sampling. Hipotesis diuji menggunakan Uji *Wilcoxon* dengan $\alpha = 0,005$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 36 responden (85,7) memiliki keterampilan baik, sementara 6 responden (14,3) memiliki keterampilan yang cukup. Nilai p yang diperoleh adalah 0,000 yang berarti H_1 diterima atau ada pengaruh pendidikan kesehatan metode *RICE* terhadap keterampilan pertolongan pertama cedera olahraga *sprain* pada palang merah remaja SMA Negeri 1 Jenggawah. Hasil pada penelitian ini dapat dijadikan referensi guna meningkatkan kemampuan keterampilan pada suatu organisasi palang merah remaja.

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan Metode *RICE*, Cedera Olahraga *Sprain*, Palang Merah Remaja (PMR)

ABSTRACT

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES**

Thesis, July 2024
Rodhistya Athoillah

The Influence of RICE Method Health Education on First Aid Skills for Sprain Sports Injuries in Red Cross Teenagers at Jenggawah State High School

xviii + 73 page + 9 table + 15 attachment

Abstract

Injuries are damage to the body such as bruises, wounds, dislocations of muscles and joints due to impacts or movements that are too strong, causing the muscles, bones and joints to not function properly. A sprain or sprain is an injury to ligaments, namely the connective tissue that connects bones to bones in joints. This injury occurs due to stretching or tearing of ligaments, often caused by sudden or unnatural movements such as excessive twisting or bending of the joint. Symptoms of a sprain include painful swelling, bruising, and difficulty moving the affected joint. By providing health education using the RICE method, it is hoped that teenage Red Cross members will be able to help themselves and others. The aim of this research is to determine the influence of RICE Method Health Education on First Aid Skills for Sprain Sports Injuries in Red Cross Teenagers at SMA Negeri 1 Jenggawah. This research uses a Pre-Experimental design with a One Group Pretest-Posttest approach. The research population consisted of 42 respondents and all of them were sampled using the Total Sampling technique. The hypothesis was tested using the Wilcoxon Test with $\alpha = 0.005$. The research results showed that 36 respondents (85.7) had good skills, while 6 respondents (14.3) had sufficient skills. The p value obtained is 0.000, which means that H1 is accepted or there is an influence of the RICE method of health education on first aid skills for sprain sports injuries in the red cross youth at SMA Negeri 1 Jenggawah. The results of this research can be used as a reference to improve skills in a youth Red Cross organization.

Keywords : *RICE Method Health Education, Sports Sprain Injuries, Youth Red Cross (PMR)*