



**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN VIDEO  
PEMBELAJARAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA  
CEDERA OLAHRAGA FUTSAL KHUSUSNYA SPRAIN DAN  
STRAIN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN  
REMAJA PEMAIN FUTSAL DI KOTA  
PONTIANAK TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk  
Menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan

**OLEH : Fasilaturrohmi**

**NIM : 821191005**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YAYASAN  
RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

**2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Diterima dan disetujui untuk dipertahankan skripsi ini dengan judul :

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN VIDEO  
PEMBELAJARAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA  
CEDERA OLAHRAGA FUTSAL KHUSUSNYA SPRAIN DAN  
STRAIN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN  
REMAJA PEMAIN FUTSAL DI KOTA  
PONTIANAK TAHUN 2023**

**Pembimbing I**



**Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep**

**NIDN : 1123058801**

**Pembimbing II**



**Ns. Mimi Amaludin, M. Kep**

**NIDN : 1101059301**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN VIDEO  
PEMBELAJARAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA  
CEDERA OLAHRAGA FUTSAL KHUSUSNYA SPRAIN DAN  
STRAIN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN  
REMAJA PEMAIN FUTSAL DI KOTA  
PONTIANAK TAHUN 2023**

**Disusun Oleh :**

**Fasilaturrohmi**  
**NIM.821191005**

**Telah Dipertahankan Didepan Tim Penguji  
Pada Tanggal 22 Agustus 2023**

**Penguji I**

**Penguji II**

**Ns. Defa Arisandi, MSN, Ph.D**  
**NIDN.1123078701**

**Ns. Debby Hatmalvakin, M.Kep**  
**NIDN.1102039301**

**Penguji III**

**Penguji IV**

**Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep**  
**NIDN.1123058801**

**Ns. Mimi Amaludin, M.Kep**  
**NIDN.1101059301**

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk  
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep)**

**Mengetahui**  
**Pontianak, 29 Agustus 2023**

**Ketua**  
**STIKes Yarsi Pontianak**

**Ketua Program Studi**  
**Pendidikan Profesi Ners**

**Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep**  
**NIDN.1123058801**

**Ns. Nurpratiwi, M.Kep**  
**NIDN.1110118703**

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, tuhan pemilik semesta alam serta limpahan rahmat dan hidayahnya yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Video Pembelajaran Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Futsal Khususnya Sprain Dan Strain Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Pemain Futsal Di Kota Pontianak Tahun 2023”** sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan perkuliahan dikampus STIKes YARSI Pontianak.

Shalawat serta salam tercurah kepada baginda Rasulullah SAW, sebagai teladan kita semua. Teriring ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada orang-orang yang telah memberikan bantuan, dukungan serta kritik dan saran kepada penulis. Semoga Allah SWT, senantiasa membimbing kita dalam usaha serta niat dalam rangka menjadi hamba yang berlomba-lomba dalam kebaikan. Terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Allah Subhanahu wa ta'ala yang senantiasa memberikan kesehatan dan kelancaran serta kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini mulai dari proses penyusunan, bimbingan dan alhamdulillah dapat diselesaikan.
2. Kedua orang tua saya Bapak Pandi dan Ibu Hotipah serta seluruh keluarga saya yang telah memberikan kasih sayang, doa, didikan, finansial serta dorongan dan motivasi sehingga penulis terus semangat dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
3. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep Selaku Ketua STIKes YARSI Pontianak dan selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan sangat baik, penuh sabar, bijaksana,

sangat cermat memberikan masukan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi penelitian ini.

4. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep Selaku Ketua Prodi Ners STIKes YARSI pontianak.
5. Bapak Ns. Mimi Amaludin, M. Kep selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis dengan sangat baik, penuh sabar, bijaksana, sangat cermat memberikan masukan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi penelitian ini.
6. Dosen dan staff STIKes YARSI Pontianak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan motivasi hingga terselesaikan skripsi penelitian ini.
7. Teman-teman seperjuangan yaitu prodi S1 keperawatan angkatan XI yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan yang telah banyak membantu memberikan dukungan maupun semangat dari sehari-hari kuliah hingga saat ini.
8. Teman-teman Pulu-pulu yang telah memberikan dukungan (arwitinia, siska permatasari, ani, nadia dan putri susianti)
9. Dan kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan atas selesainya skripsi penelitian ini.

Pontianak, 9 Juni 2023



Fasilaturrohmi

NIM. 821191005

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN VIDEO  
PEMBELAJARAN TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA PADA  
CEDERA OLAHRAGA FUTSAL KHUSUSNYA SPRAIN DAN  
STRAIN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN  
REMAJA PEMAIN FUTSAL DI KOTA  
PONTIANAK TAHUN 2023**

**Fasilaturrohmi<sup>1</sup>, Uti Rusdian Hidayat<sup>2</sup>, Mimi Amaludin<sup>3</sup>  
Program Studi Pendidikan Ners, STIKes YARSI Pontianak  
Jl. Panglima A'im, No. 1 Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan  
Barat-78232, E-mail : [fasilaturrohmi@gmail.com](mailto:fasilaturrohmi@gmail.com)**

**ABSTRAK**

Cedera olahraga adalah bentuk stress yang ditempatkan pada tubuh kita selama melakukan aktivitas atletik yang membutuhkan periode untuk proses pemulihan agar sembuh. Salah satu pencegahan yang dapat dilakukan yaitu meningkatkan pengetahuan pemain futsal dengan memberikan pendidikan kesehatan video pembelajaran tentang pertolongan pertama pada cedera olahraga futsal khususnya sprain dan strain untuk menunjang proses pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan Dengan Video Pembelajaran Tentang Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Futsal Khususnya Sprain Dan Strain terhadap tingkat pengetahuan remaja pemain futsal dikota pontianak. Penelitian ini menggunakan metode quasy experiment dengan desain *pre test and post test without control*. Teknik sampling yang digunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah 30 responden. Data dianalisis menggunakan uji *marginal homogeneity*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat efektivitas video pembelajaran tentang pertolongan pertama terhadap pengetahuan remaja pemain futsal dikota pontianak dengan nilai  $p < 0,05$  yaitu  $p : 0,000$ . Video pembelajaran tentang pertolongan pertama terdapat efektivitas untuk meningkatkan pengetahuan remaja pemain futsal dalam melakukan pertolongan pertama pada cedera olahraga khususnya sprain dan strain di Kota Pontianak.

**Kata Kunci :** Cedera Olahraga sprain dan strain, Pengetahuan, Media Video Pembelajaran tentang pertolongan pertama.

**THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION WITH  
LEARNING VIDEOS ABOUT FIRST AID ON FUTSAL  
SPORTS INJURIES, ESPECIALLY SPRAINS AND  
STRAIN AGAINST KNOWLEDGE LEVEL  
TEENAGE FUTSAL PLAYERS IN  
TOWN PONTIANAK IN 2023**

**Fasilaturrohmi<sup>1</sup>, Uti Rusdian Hidayat<sup>2</sup>, Mimi Amaludin<sup>3</sup>  
Program Studi Pendidikan Ners, STIKes YARSI Pontianak  
Jl. Panglima A'im, No. 1 Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan  
Barat-78232, E-mail : [fasilaturrohmi@gmail.com](mailto:fasilaturrohmi@gmail.com)**

**ABSTRACT**

Sports injuries are a form of stress placed on our bodies during athletic activities that require a period for the recovery process to heal. The mechanics of futsal games cause direct contact between players so that it can cause sports injuries. One prevention that can be done is to increase the knowledge of futsal players by providing health education learning videos about first aid in futsal sports injuries, especially Spain and strains to support the learning process, which is watched and presented repeatedly so that it is easily understood by futsal players and increases the knowledge of futsal players who watch it. The purpose of this study was to determine the effectiveness of the level of knowledge before and after health education was carried out with learning videos about first aid in futsal sports injuries, especially sprains and strains on the level of knowledge of adolescent futsal players in Pontianak City. This study used the quasy experiment method with *a pre-test and post test design without control*. The sampling technique used *purposive sampling method* with a total of 30 respondents. The data were analyzed using *the marginal homogeneity* test. The results showed that there was an effectiveness of learning videos about first aid on the knowledge of adolescent futsal players in Pontianak City with a p value of  $< 0.05$ , namely  $p: 0.000$ . Learning videos about first aid are effective in increasing the knowledge of adolescent futsal players in performing first aid in sports injuries, especially sprains and strains in Pontianak City.

**Keywords:** Sports Injuries Sprains and strains, Knowledge, Media Video Learning about first aid.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR SKEMA</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. LATAR BELAKANG .....	1
B. MASALAH PENELITIAN.....	7
C. TUJUAN PENELITIAN .....	7
D. MANFAAT PENELITIAN .....	8
E. KEASLIAN PENELITIAN .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. KONSEP SPRAIN DAN STRAIN .....	11
1. Pengertian Sprain .....	11
2. Pengertian Strain .....	14
3. Pertolongan Pertama Pada Sprain Dan Strain.....	16
B. KONSEP PENGETAHUAN.....	19
1. Pengertian Pengetahuan .....	19
2. Tingkat Pengetahuan .....	19
3. Jenis-Jenis Pengetahuan.....	21
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	23
5. Cara Pengukuran Tingkar Pengetahuan .....	25

6. Kriteria Tingkat Pengetahuan.....	25
C. KONSEP PENDIDIKAN KESEHATAN .....	25
1. Pengertian Pendidikan Kesehatan.....	25
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	26
3. Sasaran Pendidikan Kesehatan.....	27
4. Upaya Pendidikan Kesehatan Dalam Pencegahan.....	27
5. Faktor-Faktor Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Kesehatan .....	28
6. Jenis-Jenis Media Pendidikan Kesehatan .....	29
D. KONSEP VIDEO PEMBELAJARAN .....	30
1. Pengertian Video Pembelajaran .....	30
2. Fungsi Video Pembelajaran .....	32
3. Tujuan Jenis-Jenis Video Pembelajaran.....	33
4. Manfaat Video Pembelajaran .....	33
5. Karakteristik Video Pembelajaran.....	34
6. Mekanisme Produksi Video Pembelajaran.....	35
7. Durasi Video.....	37
8. Menyusun Naskah Video Pembelajaran.....	39
E. KERANGKA TEORI.....	40

### **BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS**

A. KERANGKA KONSEP .....	41
B. HIPOTESIS .....	41
C. DEFINISI OPERASIONAL .....	42

### **BAB IV METODE PENELITIAN**

A. DESAIN PENELITIAN.....	44
B. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN .....	45
C. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN.....	45
D. JENIS DATA .....	47
E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA .....	47

F. INSTRUMEN PENELITIAN.....	49
G. UJI VALIDITAS DAN REABILITAS.....	51
H. PENGOLAHAN DATA.....	53
I. ANALISA DATA.....	55
J. ETIKA PENELITIAN.....	56

**BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. HASIL PENELITIAN.....	58
B. ANALISA DATA.....	60
C. PEMBAHASAN.....	61
D. KETERBATASAN PENELITIAN.....	70
E. IMPLIKASI UNTUK KEPERAWATAN.....	70

**BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN**

A. KESIMPULAN.....	72
B. SARAN.....	73

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	43
Tabel 4.1 Kisi-Kisi Kuesioner.....	50
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Dan Prevelensi Responden .....	59
Tabel 5.2 Distribusi Hasil Kategori Pretest Dan Postest.....	60
Tabel 5.3 Uji Marginal Homogeneity Pretest Dan Postest.....	61

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	40
Skema 3.1 Variabel Penelitian.....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gambar Sprain.....	12
Gambar 2.2 Gambar Strain .....	15

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2 : Informed Consent
- Lampiran 3 : Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 4 : Lembar Penilaian Video Pembelajaran
- Lampiran 5 : Naskah Video Pembelajaran
- Lampiran 6 : Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 7 : Reliabilitas Penilaian Video Pembelajaran
- Lampiran 8 : Hasil Univariat
- Lampiran 9 : Hasil Analisa Bivariat
- Lampiran 10 : Surat Ijin Penelitian Dan surat Balasan Penelitian
- Lampiran 11 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 12 : Pernyataan Validitas Dan reliabilitas Instrumen
- Lampiran 13 : Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 14 : Komite Etik Penelitian Kesehatan
- Lampiran 15 : Dokumentasi Penelitian