

**PENGARUH DEMOSTRASI METODE *REST, ICE, COMPRESSION & ELEVATION* (RICE) TERHADAP KETRAMPILAN PENANGANAN *ANKLE SPRAIN* PADA ANGGOTA PMR DI SMP AL-KAUTSAR
BAURENO BOJONEGORO**

SKRIPSI



ENIK SETYORINI
NIM 18.02.01.2607

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN
FAKULTAS KESEHATAN
PRODI S1 KEPERAWATAN**

2022

**PENGARUH DEMOSTRASI METODE *REST, ICE, COMPRESSION & ELEVATION (RICE)* TERHADAP KETRAMPILAN PENANGANAN *ANKLE SPRAIN* PADA ANGGOTA PMR DI SMP AL-KAUTSAR
BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu
Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan**

**ENIK SETYORINI
NIM. 18.02.01.2607**

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2022

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : ENIK SETYORINI
NIM : 18.02.01.2607
TEMPAT, TANGAL LAHIR : BOJONEGORO, 22 SEPTEMBER 1999
INSTITUSI : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: "Pengaruh demonstrasi metode *rest, ice, compression & elevation* (RICE) terhadap ketrampilan penanganan *ankle sprain* pada anggota PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro" adalah bukan skripsi dari orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 29 Juli 2022

Yang menyatakan



ENIK SETYORINI
NIM. 18.02.01.2607

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI OLEH : ENIK SETYORINI
NIM : 18.02.01.2607
JUDUL : PENGARUH DEMOSTRASI METODE *REST, ICE, COMPRESSION & ELEVATION (RICE)* TERHADAP KETRAMPILAN PENANGANAN *ANKLE SPRAIN* PADA ANGGOTA PMR DI SMP AL-KAUTSAR BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO

Telah disetujui untuk diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 29 Juli 2022

Oleh
Mengetahui

Pembimbing I



Isni Lailatul Maghfiroh, S.Kep., Ns., M. Kep.
NPP. 19890417 201509 070

Pembimbing II



Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.
NPP. 19881020 201211 056

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI OLEH : ENIK SETYORINI
NIM : 18.02.01.2607
JUDUL : PENGARUH DEMOSTRASI METODE *REST, ICE, COMPRESSION & ELEVATION (RICE)* TERHADAP KETRAMPILAN PENANGANAN *ANKLE SPRAIN* PADA ANGGOTA PMR DI SMP AL-KAUTSAR BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Skripsi
Di Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi SI-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan
Tanggal : 29 Juli 2022

PANITIA PENGUJI :

Ketua : Dr. Virgianti Nur Faridah, S.Kep., Ns., M.Kep
Anggota : 1. Isni Lailatul Maghfiroh, S.Kep., Ns., M.Kep
2. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.

Tanda Tangan



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan



Arifal Aris, S. Kep., Ns., M.Kes.
NIK. 19878 08 21 2006 01 015

CURRICULUM VITAE

Nama : Enik Setyorini

Tempat, Tanggal Lahir : Bojonegoro, 22 September 1999

Alamat : Desa Bungur, Kecamatan Kanor, Kabupaten
Bojonegoro

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK Dharma Wanita Bungur : Lulus Tahun 2006
2. SD Negeri Bungur II : Lulus Tahun 2012
3. MTs Muhammadiyah 1 Banjaranyar : Lulus Tahun 2015
4. SMK Kesehatan Nasrul Ummah Babat : Lulus Tahun 2018
5. Prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan mulai tahun
2018 sampai sekarang

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Selalu ada harapan bagi mereka yang selalu berdoa. Selalu ada jalan bagi mereka yang selalu berusaha."

PERSEMBAHAN



Alhamdulillah rabbil'alamin puji syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan semesta alam atas segala rahmat hidayah serta innayahnya sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis skripsi dengan tepat waktu.

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang kusayangi yaitu kedua orang tuaku. Bapak Kasto dan Ibu Genduk, motivator terbesar dalam hidupku, yang selaku memberikan dukungan dan di'a serta kasih sayang yang luar biasa yang mungkin tak bisa ku balas dengan apapun.

Saudaraku Ika Ambarwati, semoga kita tetap menjadi saudara yang rukun yang bisa membahagiakan kedua orang tua.

Bapak ibu dosen, dosen pembimbing dan penguji. Selama pendidikan yang selalu sabar dan ikhlas menuntun saya, mengarahkan, serta memberikan dukungan dan bimbingan ilmu yang merupakan penuntun dalam langkah-langkah kehidupan saya.

Teman-teman seperjuanganku yang tidak bisa kusebutkan satu persatu. Mohon maaf bila selama proses penyelesaian skripsi saya sering merepotkan teman-teman semuanya.

ABSTRAK

Setyorini, Enik 2022. **Pengaruh Demostrasi Metode *Rest, Ice, Compression & Elevation (RICE)* terhadap Keterampilan Penanganan *Ankle Sprain* pada Anggota PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) Isni Lailatul Maghfiroh, S.Kep.,Ns.,M.Kep (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.

Cedera pada pergelangan kaki (*ankle sprain*) dapat terjadi pada siswa saat melakukan kegiatan sekolah. Anggota PMR merupakan salah satu kemungkinan penolong pertama saat cedera *ankle sprain* yang terjadi di sekolah. Mereka harus diberikan keterampilan tentang cara penanganan *ankle sprain*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh demostrasi metode *rest, ice, compression & elevation (RICE)* terhadap keterampilan penanganan *ankle sprain* pada anggota Palang Merah Remaja (PMR) di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.

Desain penelitian ini menggunakan *pre-experimental one group pre-post test* pada 30 responden yang diambil dengan teknik *total sampling*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2022 dengan memberikan intervensi edukasi kesehatan dan demonstrasi tentang pertolongan pertama *ankle sprain*. Data keterampilan pertolongan pertama diambil dengan lembar observasi kemudian data dianalisis menggunakan *paired t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan anggota PMR sebelum dan sesudah perlakuan dengan hasil $p=0,00$. Sebelum diberikan demonstrasi dalam kategori tidak terampil dengan skor rata-rata 5.66 dan setelah diberikan demonstrasi dalam kategori sangat terampil dengan skor rata-rata 32.73.

Demonstrasi penanganan *ankle sprain* menjadi pilihan metode penyampaian informasi yang efektif untuk meningkatkan keterampilan dengan cara menstimulasi seluruh panca indera. Pelatihan penanganan *ankle sprain* diharapkan dilakukan secara rutin terutama pada anggota serta pembina PMR.

Kata Kunci : Demonstrasi, *ankle sprain*, keterampilan, metode *RICE*

ABSTRACT

Setyorini, Enik 2022. **Effect of demonstration of the rest, ice, compression & elevation (RICE) method on ankle sprain handling skills in PMR members at Al-Kautsar Baureno Junior High School Bojonegoro.** Thesis of the S1 Nursing Study Program, University of Muhammadiyah Lamongan. Supervisor (1) Isni Lailatul Maghfiroh, S.Kep.,Ns.,M.Kep (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.

Injuries to the ankle (ankle sprain) can occur in students while doing school activities. PMR members are one of the first possible helpers when an ankle sprain injury occurs at school. They should be given skills on how to treat ankle sprains. The purpose of this study was to determine the effect of the demonstration of the rest, ice, compression & elevation (RICE) method on the skills of handling ankle sprains for members of the Youth Red Cross (PMR) at SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.

The design of this study used a pre-experimental one group pre-post test on 30 respondents who were taken with a total sampling technique. The study was conducted in June 2022 by providing health education interventions and demonstrations on ankle sprain first aid. First aid skills data was taken using an observation sheet and then the data were analyzed using paired t-test.

The results showed that there was a significant effect on the ability of PMR members before and after treatment with $p=0.00$. Before being given a demonstration in the unskilled category with an average score of 5.66 and after being given a demonstration in the highly skilled category with an average score of 32.73.

Ankle sprain handling demonstration is an effective choice of information delivery method to improve skills by stimulating all five senses. Ankle sprain handling training is expected to be carried out regularly, especially for PMR members and coaches.

Keywords: Demonstration, handling ankle sprain, skills, RICE method

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul ” Pengaruh demonstrasi metode *rest, ice, compression & elevation* (RICE) terhadap ketrampilan penanganan *ankle sprain* pada anggota PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk melanjutkan penelitian di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu :

- 1) Dr. A. Aziz Alimul Hidayat, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan
- 2) Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan
- 3) Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
- 4) Dr. Virgianti Nur Faridah, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku penguji utama yang banyak memberikan arahan dan saran untuk skripsi ini
- 5) Isni Lailatul Maghfiroh S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran dan dorongan selama penyusunan Skripsi ini.

- 6) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing II, yang juga banyak memberikan pengetahuan baru, referensi baru juga aplikasi baru yang dapat mempermudah penulis dalam Skripsi ini.
- 7) Kedua orang tua saya yang selalu memberikan semangat, motivasi, serta doa.
- 8) Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang di berikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun semangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 25 Juli 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KURIKULUM VITAE	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Institusi	6
1.4.2 Bagi Anggota PMR.....	6
1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan.....	6
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	6
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Metode Demonstrasi.....	7
2.1.1 Definisi Metode Demonstrasi.....	7
2.1.2 Langkah-langkah Metode Demonstrasi.....	8
2.1.3 Kelebihan dan Kelemahan Metode Demonstrasi	9

2.2 Konsep Metode Rice	9
2.2.1 Definisi Metode Rice.....	9
2.3 Konsep Ketrampilan	10
2.3.1 Definisi Ketrampilan	10
2.3.2 Jenis-jenis Ketrampilan	10
2.4 Konsep Ankle Sprain.....	11
2.4.1 Definisi Ankle Sprain.....	11
2.4.2 Klasifikasi Cedera Ankle Sprain	12
2.4.3 Tingkat Cedera Ankle Sprain	12
2.4.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi Ankle Sprain.....	13
2.4.5 Penatalaksanaan Awal Cedera Ankle Sprain	14
2.5 Konsep Palang Merah Remaja (PMR)	16
2.5.1 Definisi PMR.....	16
2.5.2 Tujuan PMR	16
2.5.3 Ruang Lingkup PMR.....	17
2.5.4 Prinsip-Prinsip PMR.....	17
2.6 Kerangka Konsep	20
2.7 Hipotesis Penelitian	21
BAB 3 : METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Desain Penelitian	22
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	23
3.3 Kerangka Kerja.....	23
3.4 Populasi, Sampel, dan Sampling	25
3.4.1 Populasi	25
3.4.2 Sampel	25
3.4.3 Sampling	26
3.5 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional Variabel	26
3.5.1 Identifikasi Variabel	27
3.6 Pengumpulan dan Analisis Data.....	28
3.6.1 Pengumpulan Data.....	28
3.6.2 Instrumen Penelitian.....	31

3.7 Etika Penelitian.....	32
3.7.1 <i>Autonomy</i>	32
3.7.2 <i>Informed Consent</i>	32
3.7.3 <i>Anonymity</i>	32
3.7.4 <i>Beneficence</i>	33
3.7.5 <i>Justice</i>	33
3.7.6 <i>Fidelity</i>	33
3.7.7 <i>Confidentiality</i>	33
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
4.1 Hasil Penelitian.....	34
4.2 Pembahasan	38
BAB 5 PENUTUP	45
1.1 Kesimpulan.....	45
1.2 Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.3 Definisi Operasional Pengaruh Demonstrasi Metode <i>Rest, Ice, Compression & Elevation</i> (RICE) Terhadap Ketrampilan Penanganan <i>Ankle Sprain</i> Pada Anggota PMR Di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro	27
Tabel 4.1 Distribusi Anggota PMR Berdasarkan Jenis Kelamin Anggota PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.	35
Tabel 4.2 Distribusi Anggota PMR Berdasarkan Usia Anggota PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.	35
Tabel 4.3 Distribusi Anggota PMR Berdasarkan Lama Mengikuti PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.	36
Tabel 4.4 Distribusi Anggota PMR Berdasarkan Pernah Mengikuti Latihan <i>Ankle Sprain</i> di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro.	36
Tabel 4.5 Distribusi Ketrampilan Sebelum Diberikan Demonstrasi penanganan <i>ankle sprain</i> Pada Anggota Palang Merah Remaja (PMR) Di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro pada bulan April 2022.	36
Tabel 4.6 Distribusi Ketrampilan Sesudah Diberikan Demonstrasi penanganan <i>ankle sprain</i> Pada Anggota Palang Merah Remaja (PMR) Di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro pada bulan April 2022.	37
Tabel 4.7 Pengaruh demostrasi metode <i>rest, ice, compression & elevation</i> (RICE) terhadap ketrampilan penanganan <i>ankle sprain</i> pada anggota PMR di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro pada bulan April 2022.	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konsep Pengaruh Demonstrasi Metode <i>Rest, Ice, Compression & Elevation</i> (RICE) Terhadap Keterampilan Penanganan <i>Ankle Sprain</i> Pada Anggota PMR Di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro	20
Gambar 3.1	Rancangan Desain Penelitian <i>One-Group Pre-Post Test Design</i>	22
Gambar 3.2	Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Demonstrasi Metode <i>Rest, Ice, Compression & Elevation</i> (RICE) Terhadap Keterampilan Penanganan <i>Ankle Sprain</i> Pada Anggota PMR Di SMP Al-Kautsar Baureno Bojonegoro	24

DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

-	: Sampai
%	: Persen
&	: Dan
/	: Atau
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
=	: Sama dengan
\leq	: Kurang dari sama dengan
\geq	: Lebih dari sama dengan
H1 diterima	: Terdapat pengaruh
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
PMR	: Palang Merah Remaja
PMI	: Palang Merah Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
KBM	: Kegiatan Belajar Mengajar
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SAP	: Satuan Acara Penyuluhan
LPPM	: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
PPT	: <i>Power Point Text</i>
LCD	: <i>Liquid Crystal Display</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Melakukan Survey Awal dari LPPM
- Lampiran 3 Surat balasan Survey Awal dari Tempat Penelitian
- Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Melakukan penelitian dari LPPM
- Lampiran 5 Surat Keterangan Kelaikan Etik
- Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian dari Tempat Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 SAP (Satuan Acara Penyuluhan)
- Lampiran 10 SOP (Standar Operasional Prosedur)
- Lampiran 11 Lembar Observasi
- Lampiran 12 PPT (*Power Point Text*)
- Lampiran 13 Lembar Leaflet
- Lampiran 14 Lembar Tabulasi Data
- Lampiran 15 Hasil analisa data
- Lampiran 16 Dokumentasi
- Lampiran 17 Lembar Konsultasi