

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN  
METODE *REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION*  
DENGAN PENERAPAN PENANGANAN CEDERA DI UNIT  
KEGIATAN MAHASISWA OLAHRAGA**

**SKRIPSI**



**OLEH**

**Emmanuela Gusti Ayu Gita Rarnasari**

**NRP: 1523014057**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
2017**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN  
METODE *REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION*  
DENGAN PENERAPAN PENANGANAN CEDERA DI UNIT  
KEGIATAN MAHASISWA OLAHRAGA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada  
Program Studi Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Kedokteran



**OLEH**

Emmanuela Gusti Ayu Gita Rarnasari

NRP: 1523014057

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
2017**

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari

NRP : 1523014057

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Metode *Rest, Ice, Compression, Elevation* dengan Penerapan Penanganan Cedera di Unit Kegiatan Mahasiswa”**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 15 Desember 2017  
Pernyataan,  


Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari  
NRP. 1523014057

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN  
METODE *REST, ICE, COMPRESSION, ELEVATION*  
DENGAN PENERAPAN PENANGANAN CEDERA DI UNIT  
KEGIATAN MAHASISWA OLAHRAGA**

OLEH

Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari  
NRP: 1523014057

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penilai seminar proposal skripsi

Pembimbing I: T.Arief Dian,dr., Sp.OT

(  )

Pembimbing II: Galuh Nawang Prawesti,S.  
Farm., M. Farm-Klin.,Apt

(  )

Surabaya, 15 Desember 2017

## PENGESAHAN KELULUSAN

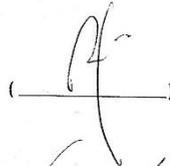
Skripsi yang ditulis oleh Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari NRP.1523014057 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 13 Desember 2017 dan telah dinyatakan lulus oleh :

### Tim Penguji

1. Ketua : Henry Ricardo Handoyo,  
dr., SpOT., M. Biomed,



2. Sekretaris : T. Arief Dian, dr., SpOT



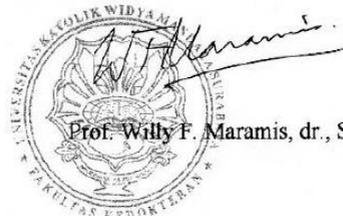
3. Anggota : Galuh Nawang Prawesti,  
S.Farm., M.Farm-Klin., Apt



Mengesahkan

Program Studi Kedokteran,

Dekan,



Prof. Willy F. Maramis, dr., Sp,KJ (K)

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari

NRP : 1523014057

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul: **“Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Metode *Rest, Ice, Compression, Elevation* dengan Penerapan Penanganan Cedera di Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga”**

benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila, di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran.

Surabaya, 15 Desember 2017  
Pernyataan,  
  
Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari  
NRP. 1523014057

Karya ini dipersembahkan kepada Tuhan Yang Maha Esa,  
Orang tua, saudara, teman dekat, dan seluruh sejawat serta  
almamater tercinta  
FK UKWMS

Give of your hand to Serve  
And your hearts to Love.  
-Mother Theresa-

People can plan what they want to do,  
But it is  
The Lord who guides their steps.  
-Proverbs 16:9-

Therefore I tell you,  
Whatever you ask for in prayer,  
Believe that you have received it, and it will be yours.  
-Mark 11:24-

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa karena berkat, kasih, dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Metode *Rest, Ice, Compression, Elevation* dengan Penerapan Penanganan Cedera di Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga”** Penulisan skripsi ini bertujuan untuk mendapatkan persetujuan melakukan penelitian serta memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran di Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Dalam menyusun skripsi ini, penulis telah banyak menerima dukungan, tenaga, ide, dan bantuan lainnya dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Drs. Kuncoro Foe, G.Dip.Sc., Ph.D selaku Rektor Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (FK UKWMS) yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan dokter (S1) di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Yth. Prof. W. F. Maramis, dr., SpKJ (K). selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti program pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

3. T. Arief Dian, dr., SpOT selaku Dosen Pembimbing I yang sangat sabar memberikan banyak pengarahan, banyak waktu, masukan, bimbingan, solusi pemecahan masalah, saran, dan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Galuh Nawang Prawesti, S.Farm., M.Farm-Klin., Apt selaku Dosen Pembimbing II yang sangat sabar memberikan banyak masukan, bimbingan, waktu, masukan, saran, pengarahan dan tidak pernah berhenti memberi motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Dr. Inge Wattimena, dr., M.Si yang sangat sabar membantu saya dalam membimbing kuesioner dan memberikan masukan sehingga skripsi ini dapat terlaksana.
6. Henry Ricardo Handoyo, dr., SpOT., M. Biomed dan Nunung Nugroho, dr., SpKFR., MARS sebagai dosen penguji penulis yang telah membantu dalam memberikan masukan dan saran sehingga penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan baik.
7. Staf Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang membantu kelancaran penyusunan dan mengurus alur administrasi skripsi.
8. Kedua orang tua penulis (Gede Putu Nursuargita dan Putu Rosa Suthi Komalasari), Adik penulis (Angela Sukmadewi) yang selalu memberikan motivasi, dukungan, doa, dan saran yang terbaik dalam cita-cita penulis.
9. Teman dekat saya Adi Putra Jaya yang selalu memberikan motivasi dan memberi segala dukungan bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.

10. SEMANGAT (Melati, Samsara, Widari, Meike, Winny, Gita, Wegen, Mahendra, Indra, Enggi, Antonius, Wilson), CIPIKA CIPIKI (Stefanny, Vilma, Lenni, dan Yuli) yang selalu memotivasi dan memberi segala dukungan bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini, dan semoga dapat menyelesaikan skripsi kami masing-masing dengan baik dan dengan hasil yang terbaik untuk kami.

11. Adela, Bobby, dan Andriyano sebagai teman satu bimbingan dan seperjuangan yang selalu memotivasi dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini. Serta Enggi sebagai notulen yang juga selalu membantu dan memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi ini. Semoga kami bisa menyelesaikan penelitian kami masing-masing dengan baik.

13. Anna Maria, Gaby Batara dan Antoinetta Fernanda yang selalu memotivasi dan memberi segala dukungan bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini, dan semoga dapat menyelesaikan skripsi kami masing-masing dengan baik dan dengan hasil yang terbaik untuk kami.

14. Seluruh teman-teman angkatan 2014 FKUKWMS, semoga kami semua dapat menyelesaikan skripsi dengan baik, menyelesaikan penelitian masing-masing dengan baik, dapat menyelesaikan studi dengan lancar dan dapat menjadi dokter profesional yang prima dan senantiasa melayani dengan kasih.

15. Pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan demi perbaikan-perbaikan

kedepannya. Semoga proposal skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Surabaya, 15 Desember 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman judul .....	i
Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah .....	ii
Halaman persetujuan .....	iii
Surat Pernyataan Keaslian Penelitian .....	iv
Halaman Pengesahan.....	v
Halaman Persembahan .....	vii
Halaman Motto.....	viii
Kata Pengantar .....	ix
Daftar Isi .....	xii
Daftar Lampiran .....	xvii
Daftar Tabel .....	xviii
Daftar Gambar .....	xx
Daftar Singkatan .....	xxi
Ringkasan .....	xxii
Abstrak .....	xxv
Abstract .....	xxvi
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Rumusan Masalah .....	4
1.4 Tujuan penelitian .....	5
1.4.1 Tujuan Umum .....	5
1.4.2 Tujuan khusus.....	5
1.5 Manfaat Penelitian .....	5

1.5.1 Manfaat Teoretis .....	5
1.5.2 Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
2.1 Kajian Teoritik .....	7
2.1.1 Cedera Olahraga .....	7
2.1.1.1 Definisi Cedera Olahraga .....	7
2.1.1.2 Etiologi Cedera Olahraga .....	8
2.1.1.3 Patofisiologi Terhadap Cedera .....	9
2.1.1.4 Mekanisme Cedera Olahraga .....	10
2.1.1.5 Jenis Cedera Olahraga .....	11
2.1.1.6 Lokasi Cedera pada Anggota Tubuh .....	13
2.1.1.7 Komplikasi .....	17
2.1.2 Pertolongan Pertama Cedera Olahraga .....	17
2.1.2.1 Penerapan Cedera Olahraga.....	20
2.1.3 Pengetahuan .....	21
2.1.3.1 Definisi .....	21
2.1.3.2 Tingkat Pengetahuan .....	23
2.1.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan ..	24
2.1.3.4 Kategori Pengetahuan .....	26
2.2 Kaitan Antar Variabel .....	27
2.3 Dasar Teori .....	28
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b>	
<b>PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Kerangka Konseptual .....	30
3.2 Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>

4.1 Desain Penelitian .....	32
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian .....	32
4.2.1 Variabel Independen.....	32
4.2.2 Variabel Dependen .....	32
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
4.4 Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel.....	34
4.4.1 Populasi Penelitian .....	34
4.4.2 Sampel Penelitian.....	34
4.4.2.1 Penghitungan sampel .....	34
4.4.3 Teknik pengambilan Sampel .....	35
4.4.4 Kriteria Inklusi.....	35
4.4.5 Kriteria Ekslusi .....	35
4.4.6 Drop Out.....	35
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
4.5.1 Lokasi Penelitian.....	36
4.5.2 Waktu Penelitian .....	36
4.6 Kerangka Kerja Penelitian .....	37
4.7 Prosedur Pengumpulan Data .....	37
4.8 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	38
4.8.1 Validitas.....	38
4.8.2 Reliabilitas .....	39
4.9 Teknik Analisis Data .....	40
4.10 Etika Penelitian.....	40
<b>BAB V PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>42</b>
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian .....	42
5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	42

5.3 Karakteristik Responden .....	44
5.3.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia .....	44
5.3.2 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
5.3.3 Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Metode RICE .....	45
5.3.4 Distribusi Sampel Berdasarkan Penerapan Penanganan Cedera .....	46
5.3.5 Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Penerapan Penanganan Cedera.....	47
5.3.6 Uji Normalitas .....	48
5.3.7 Uji Analisis.....	48
<b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>	<b>50</b>
6.1 Tingkat Pengetahuan Pada Anggota UKM Olahraga .....	50
6.2 Penerapan Penanganan Cedera Pada Anggota UKM Olahraga.....	53
6.3 Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Penerapan Penanganan Cedera pada Anggota UKM Olahraga.....	54
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	56
<b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>57</b>
7.1 Kesimpulan .....	57
7.2 Saran .....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>66</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Permohonan Kesiadaan Responden	
Penelitian .....	66
Lampiran 2: Persetujuan Menjadi Responden	
Penelitian .....	68
Lampiran 3: Kuesioner Tentang Tingkat Pengetahuan	
Penanganan Cedera Metode RICE .....	69
Lampiran 4: Kuesioner Tentang Penerapan	
Penanganan Metode RICE .....	70
Lampiran 5: Daftar wawancara .....	71
Lampiran 6: Permohonan Surat Ijin Penelitian .....	72
Lampiran 7 : Hasil validasi dan reliabilitas .....	73
Lampiran 8 : Lampiran Hasil Kuesioner Tingkat Pengetahuan dan Penerapan Penanganan Cedera .....	75
Lampiran 9 : Hasil Tabel SPSS .....	80

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Tabel Definisi Operasional Penelitian .....	33
Tabel 4.1 Tabel Kisi-Kisi Instrumen dalam Penelitian Sebelum validasi dan sesudah validasi .....	39
Tabel 5.1 Tabel Waktu Pelaksanaan Kegiatan Pengambilan Data Anggota UKM Olahraga Tahun 2017.....	43
Tabel 5.2 Tabel Jumlah Anggota UKM Olahraga di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Tahun 2017.....	43
Tabel 5.3 Tabel Distribusi Berdasarkan Usia Anggota UKM Olahraga di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Tahun 2017.....	44
Tabel 5.4 Tabel Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin Anggota UKM Olahraga di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Tahun 2017 .....	45
Tabel 5.5 Tabel Distribusi Anggota UKM Olahraga Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tahun 2017 .....	45
Tabel 5.6 Tabel Distribusi Anggota UKM Olahraga Berdasarkan Penanganan Cedera Tahun 2017 .....	46
Tabel 5.7 Tabel Tabulasi Silang Anggota UKM Olahraga Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Penerapan Penanganan Cedera Tahun 2017.....	47
Tabel 5.8 Uji Normalitas Terhadap Variabel Penerapan Penanganan Cedera Tahun 2017.....	48

Tabel 5.9 Tabel hasil analisis korelasi <i>Spearman</i> pada Anggota UKM Olahraga di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Tahun 2017 .....	49
--	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Lutut .....	13
Gambar 2.2 Anatomi Pergelangan Kaki .....	15
Gambar 2.3 Anatomi Bahu .....	17
Gambar 3.1 Skema Kerangka Konseptual.....	30
Gambar 4.2 Skema Kerangka Kerja Penelitian.....	37

## DAFTAR SINGKATAN

RICE : *Rest, Ice, Compression, dan Elevation*  
UKM : Unit Kegiatan Mahasiswa

## RINGKASAN

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan oleh seseorang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya. Olahraga terdiri dari olahraga prestasi, rekreasi, kesehatan, dan pendidikan. Olahraga dibagi menjadi dua, yaitu olahraga kontak dan non kontak. Setiap olahraga memiliki risiko terjadi cedera. Cedera adalah kelainan yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya nyeri, panas, merah, bengkak, dan tidak dapat berfungsi baik pada otot, tendon, ligamen, persendian, maupun tulang akibat aktivitas gerak yang berlebihan atau kecelakaan.

Bagian tubuh yang sering terkena cedera adalah ekstremitas bawah yaitu pergelangan kaki dan lutut. Pada olahragawan amatir, salah satu contohnya adalah anggota UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) olahraga dimana rentan terhadap cedera olahraga salah satunya disebabkan karena kurangnya pengetahuan terhadap gerakan – gerakan yang ideal. Sebagian besar cedera bila ditangani dengan cepat, tepat, dan oleh tim yang profesional akan memberikan kesembuhan yang baik dan tidak meninggalkan komplikasi kecacatan atau kematian. Penanganan cedera yang tepat dapat menggunakan metode RICE, yaitu *rest*, *ice*, *compression*, dan *elevation*. Tindakan yang dilakukan pada awal cedera akan sangat menentukan keparahan dan pemulihan cedera. Terbentuknya tindakan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki, karena pengetahuan merupakan *domain* yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan metode RICE dengan penerapan penanganan cedera anggota UKM olahraga di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain studi *cross sectional* yang dilakukan pada 95 responden anggota UKM olahraga. Anggota UKM olahraga ini terdiri dari UKM kyokushin/karate, voli, bulutangkis, basket, taekwondo dan futsal. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu menggunakan instrumen kuesioner dengan mengambil sampel pada anggota UKM olahraga yang pernah mengalami cedera olahraga.

Hasil penelitian ini didapatkan pada UKM olahraga jumlah laki – laki lebih banyak dibandingkan dengan jumlah perempuan, yaitu sejumlah 68 orang (71,6%) sedangkan pada perempuan sejumlah 27 orang (28,4%) sedangkan usia terbanyak yang pernah mengalami cedera adalah usia 18 tahun sejumlah 29 orang (30,5%). Pada data didapatkan bahwa anggota UKM olahraga paling banyak termasuk dalam kelompok tingkat pengetahuan yang kurang dengan melakukan 2 penerapan penanganan cedera yaitu *rest* dan *ice* sejumlah 26 orang (27,4%). Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan tersebut.

Pada anggota UKM olahraga faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai metode RICE yaitu faktor pendidikan, dimana pada faktor pendidikan tingkat pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor sosial budaya merupakan kebiasaan yang

berulang yaitu melakukan penanganan cedera dengan pergi ke pijat tradisional atau sangkal putung. Faktor informasi yaitu salah satunya melalui media massa baik dalam bentuk cetak maupun elektronik. Faktor pengalaman seseorang dalam menangani cedera. Pada anggota UKM olahraga paling banyak termasuk dalam tingkat pengetahuan kurang, hal tersebut mungkin dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diatas.

Pada saat anggota UKM olahraga mengalami cedera olahraga, hal yang dilakukan adalah dengan melakukan penerapan penanganan cedera. Faktor yang mungkin dapat mempengaruhi penerapan penanganan cedera pada anggota UKM olahraga yaitu anggota UKM olahraga kurang peduli terhadap cedera yang dialami dan kurangnya tingkat pengetahuan mengenai manfaat dan tujuan dari setiap penanganan cedera, sehingga pada penelitian ini subyek paling banyak melakukan 2 penerapan penangan cedera, yaitu *rest* dan *ice*.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa dengan mempunyai kemampuan pengetahuan yang baik, daya pemahaman yang baik, serta kemampuan aplikasi yang baik dapat menjadi dasar bagi seseorang untuk melakukan suatu penerapan penanganan cedera yang baik pula. Pada penelitian ini, anggota UKM olahraga paling banyak termasuk dalam kelompok tingkat pengetahuan yang kurang. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan mengenai penanganan cedera yang dimiliki, sehingga pengaplikasian yang dilakukan juga berkurang.

## ABSTRAK

### **Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Metode *Rest, Ice, Compression, Elevation* dengan Penerapan Penanganan Cedera Metode di Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga**

Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari  
NRP. 1523014057

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan oleh seseorang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya. Setiap olahraga memiliki risiko terjadi cedera. Sebagian besar cedera bila ditangani dengan cepat, tepat, dan oleh tim yang profesional akan memberikan kesembuhan yang baik dan tidak meninggalkan komplikasi kecacatan atau kematian. Penanganan cedera yang tepat dapat menggunakan metode RICE, yaitu *rest, ice, compression, dan elevation*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan penanganan cedera dengan penerapan penanganan cedera anggota UKM olahraga di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan desain studi *cross sectional* menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 95 mahasiswa yang termasuk dalam anggota UKM olahraga dan pernah mengalami cedera olahraga. Pada penelitian ini, tingkat pengetahuan penanganan cedera dan penerapan penanganan cedera diukur menggunakan kuesioner yang dibuat oleh peneliti. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Spearman*. Dari hasil penelitian didapatkan anggota UKM olahraga dengan kelompok tingkat pengetahuan kurang paling banyak melakukan 2 penerapan penanganan cedera sejumlah 26 orang (27,4%). Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan dengan nilai  $p$  sebesar 0,00 yang artinya ada hubungan tingkat pengetahuan dengan penerapan penanganan cedera pada anggota UKM olahraga dan pada *correlation coefficient* didapatkan nilai sebesar 0,728 yang menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang kuat, sehingga apabila tingkat pengetahuan rendah maka penerapan penanganan cedera juga rendah.

**Kata Kunci** : Cedera, Olahraga, UKM Olahraga, Tingkat Pengetahuan, Penerapan, Penanganan Cedera

## ABSTRACT

### **Correlation Between The Knowledge Levels of Rest, Ice, Compression, Elevation Method With The Application of Injury Handling in Sport Student Activity Units**

Emmanuela Gusti Ayu Gita Ratnasari  
NRP. 1523014057

Sport is a regular movement performed by a person consciously to improve functional ability. Every sport has a risk of injury. Most amount of the injury get handled quickly, appropriately, and by a professional team will provide a good recovery and with no complications of disability or death. The best method to handled an injury is RICE method, Rest, Ice, Compression, Elevation. This research aims to know correlation between the knowledge levels with the application of injury handling in sport student activity units of Widya Mandala Catholic University Surabaya. This research used an analytical method with cross sectional study and purposive sampling procedure. Total sample for this research is 95 students including the member of student activity unit of sport and have experienced sports injury. Member of this student activity unit consist of kyokushin, volleyball, badminton, basketball, taekwondo, and futsal. the knowledge levels and the application of injury handling measured by the knowledge levels and the application of injury handling questionnaire made by researcher. In this research used data analysis performed by Spearman correlation test. The result of this research obtained with most less level of knowledge in sport student activity units do 2 application of injury handling is 26 person (27,4%). Result of this research show that significant relation with p value is 0,000 that mean they have correlation between level of knowledge and application of injury handling in sport student activity units of Widya Mandala Catholic University Surabaya and correlation coefficient value is 0,728 that show a strong positive correlation, therefore if they have less knowledge level so the application of injury handling will be less too.

**Key Words :** Injury, Sports, Student Activity Units, Knowledge level, Application, Injury Handling