

**TINGKAT PENGETAHUAN GURU PENJAS MENGENAI
PENANGANAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA DI
SMA/SMK SE-KOTA PANGKALPINANG**



**QONNA ANNISA RAMADHANTY
6815162348**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelara Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
AGUSTUS 2021**

**TINGKAT PENGETAHUAN GURU PENJAS MENGENAI
PENANGANAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA DI SMA/SMK
Se-KOTA PANGKALPINANG**

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi pada proses pembelajaran penjas yang masih beresiko tinggi mendatangkan cedera, dalam hal ini guru Penjas sangat berperan penting dan bertanggungjawab di lapangan pada saat proses pembelajaran penjas. Maka dari itu guru Penjas dituntut untuk bisa memberikan penanganan pertama pada siswa/i yang mengalami cedera. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengetahuan guru penjas mengenai penanganan pertama cedera olahraga di SMA/SMK se-Kota Pangkalpinang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan instrumen menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah guru penjas di SMA/SMK se-Kota Pangkalpinang yang berjumlah 30 guru. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil dan pembahasan sebelumnya yaitu hasil penelitian pengetahuan guru penjas SMA/SMK Kota Pangkalpinang berkategori sangat tinggi 6%, tinggi 17%, sedang 50%, rendah 20%, sangat rendah 7%. Hasil tersebut dapat disimpulkan pengetahuan guru penjas di SMA/SMK se-Kota Pangkalpinang adalah sedang.

Kata Kunci : Guru Penjas, Penangan Pertama, Cedera Olahraga

**LEVEL OF KNOWLEDGE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS
REGARDING THE FIRST HANDLING OF SPORTS INJURIES IN
PANGKALPINANG CITY HIGH SCHOOL/VOCATIONAL SCHOOL**


ABSTRACT

This research is motivated by the process of learning physical education that is still at high risk of injury, in this case physical education teachers play a very important and responsible role in the field during the physical education learning process. Therefore, physical education teachers are required to be able to provide first treatment to students who have suffered injuries. The purpose of this study is to find out how much knowledge level of physical education teachers about the first handling of sports injuries in high school/vocational school in Pangkalpinang City. This research is descriptive quantitative research. The method used is surveying with instruments using questionnaires. The subjects in this study were physical education teachers in high schools / vocational schools in Pangkalpinang city which numbered 30 teachers. Data analysis techniques use descriptive statistics with percentages. Based on the results and previous discussions, the results of research on the knowledge of physical education teachers of SMA/SMK Pangkalpinang are very high 6%, high 17%, medium 50%, low 20%, very low 7%. The result can be concluded that the knowledge of physical education teachers in high schools/vocational schools in Pangkalpinang city is moderate.


Keywords : Physical Education Teacher, First Handler, Sports Injury



LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

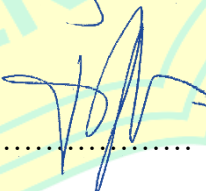
Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I,		
<u>Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes, AIFO</u>		20/21 /08
NIP. 19810731 200604 1 001		

Pembimbing II,		
<u>Agung Robianto, S.Pd., M.Or</u>		20/21 /08
NIP. 19880413 201903 1 015		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Yasep Setiakarmawijaya, M.Kes</u>	Ketua		20/21 /08
NIP. 19740906 200112 1002			

<u>Muhammad Ilham, M.Pd</u>	Sekertaris		20/21 /08
NIP. 19860807 201803 1 001			

<u>Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes, AIFO</u>	Anggota I		20/21 /08
NIP. 19810731 200604 1 001			

<u>Agung Robianto, S.Pd., M.Or</u>	Anggota II		20/21 /08
NIP. 19880413 201903 1 015			

<u>dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N</u>	Anggota III		20/21 /08
NIP. 19850419 201504 1 002			

Tanggal Lulus : 12 Agustus 2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 12 Agustus 2021
Yang membuat pernyataan



Qonna Annisa Ramadhanty
6815162348



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Qonna Annisa Ramadhanty
NIM : 6815162348
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga/Ilmu Keolahragaan
Alamat email : qonnaannisa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**“Tingkat Pengetahuan Guru Penjas Mengenai Penanganan Pertama Cedera Olahraga
Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang”**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Agustus 2021
Penulis

(Qonna Annisa Ramadhanty)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Sayapangkatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta; Bapak **dr. Bazzar Ari Mighra**, selaku Dosen Pembimbing Akademik, Bapak **Eko Juli Fitrianto, S.Or, M.Kes, AIFO**, selaku Dosen pembimbing I dan Bapak **Agung Robianto, S.Pd., M.Or** selaku Dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Guru-Guru Penjas SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, **Ayah Syeh Abdul Hamid, Ibu Sahiyah (almh)** yang telah memberikan dukungan material maupun moral, **Kakak Rizky Akbarriansyah (Alm), Qonny Annisa Ramadhanty, Adik Muhammad Iqbal, Kakak Sepupu Atikah Nurul Fitri, Keluarga Besar almh Ibu, Sahabat Kak Tuta, Feby, Sonia, Nilam, Febry, Riska** yang telah banyak memotivasi dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 12 Agustus 2021

Qonna Annisa Ramadhanty

DAFTAR ISI

Halaman

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KERANGKA TEORITIK	
A. Kerangka Teori.....	10
1. Hakikat Pengetahuan.....	10
2. Hakikat Tingkat Pengetahuan.....	13
3. Hakikat Guru Penjas	15
4. Hakikat Cedera Olahraga	43
B. Kerangka Berpikir	47
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian.....	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian	50
C. Metode Penelitian.....	51
D. Populasi dan Sampel.....	51
E. Teknik Pengumpulan Data	51
1. Instrumen Penelitian.....	52

2. Teknik Pengumpulan Data	56
3. Pengujian Validitas dan Reliabilitas	56
F. Teknik Analisis Data.....	58

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	60
1. Deskripsi Hasil Pengetahuan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	60
2. Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Cedera Olahraga Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	64
3. Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Tingkatan Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	68
4. Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	73
5. Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	77
6. Deskripsi Hasil Indikator Penanganan Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	80
7. Deskripsi Hasil Indikator Penanganan Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	84
8. Deskripsi Hasil Indikator Tingkatan Penanganan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	88

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	93

DAFTAR PUSTAKA	94
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN–LAMPIRAN	97
--------------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Luka dan Penanganannya	31
Tabel 3.1	Skala Likert, Skor Penilaian pada Alternatif Jawaban.....	54
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Kuesioner	59
Tabel 3.3	Kategorisasi Penilaian.....	47
Tabel 4.1	Deskripsi Hasil Pengetahuan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	60
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Pengetahuan Guru Penjas Di SMA/SMK Se- Kota Pangkalpinang.....	61
Tabel 4.3	Kategorisasi Pengetahuan	63
Tabel 4.4	Kategorisasi Pengetahuan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	63
Tabel 4.5	Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Cedera Olahraga Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	65
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Indikator Pengertian Cedera Olahraga Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	66
Tabel 4.7	Kategorisasi Pengertian Cedera Olahraga.....	67
Tabel 4.8	Kategorisasi Indikator Pengertian Cedera Olahraga Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	67
Tabel 4.9	Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Tingkatan Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	69
Tabel 4.10	Distribusi Frekuensi Indikator Pengertian Tingkatan Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	70
Tabel 4.11	Kategorisasi Pengertian Tingkatan Cedera	71
Tabel 4.12	Kategorisasi Indikator Pengertian Tingkatan Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	72
Tabel 4.13	Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	73
Tabel 4.14	Distribusi Frekuensi Indikator Pengertian Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	74

Tabel 4.15 Kategorisasi Pengertian Sifat Cedera.....	75
Tabel 4.16 Kategorisasi Indikator Pengertian Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	76
Tabel 4.17 Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	77
Tabel 4.18 Distribusi Frekuensi Indikator Pengertian Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	78
Tabel 4.19 Kategorisasi Pengertian Jenis Cedera	79
Tabel 4.20 Kategorisasi Indikator Pengertian Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	79
Tabel 4.21 Deskripsi Hasil Indikator Pengertian Penanganan Sifat Cedera Guru PenjasDi SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	81
Tabel 4.22 Distribusi Frekuensi Indikator Penanganan Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	82
Tabel 4.23 Kategorisasi Penanganan Sifat Cedera	83
Tabel 4.24 Kategorisasi Indikator Penanganan Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	83
Tabel 4.25 Deskripsi Hasil Indikator Penanganan Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	85
Tabel 4.26 Distribusi Frekuensi Indikator Penanganan Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	86
Tabel 4.27 Kategorisasi Penanganan Jenis Cedera	87
Tabel 4.28 Kategorisasi Indikator Penanganan Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	87
Tabel 4.29 Deskripsi Hasil Indikator Tingkatan Pencegahan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	89
Tabel 4.30 Distribusi Frekuensi Indikator Tingkatan Pencegahan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	90
Tabel 4.31 Kategorisasi Tingkatan Pencegahan	91
Tabel 4.32 Kategorisasi Indikator Tingkatan Pencegahan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang.....	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kram Otot.....	20
Gambar 2.2 Luka Memar.....	21
Gambar 2.3 Luka Lepuh.....	22
Gambar 2.4 Luka Lecet	23
Gambar 2.5 Pertolongan pada Heat Exhaustion dan Heat Stroke	26
Gambar 2.6 Perdarahan Nadi, Perdarahan Rambut (kapiler), Perdarahan Balik (vena).....	26
Gambar 2.7 Penekanan Langsung pada Luka.....	29
Gambar 2.8 Titik Arteri	29
Gambar 2.9 Cara Memasang Torniquet	31
Gambar 2.10 Cedera Ligamen. 1a, 1b, 1c robek sebagian; 2a, 2b, 2c robek total	33
Gambar 2.11 Patah Tulang Sederhana dan Patah Tulang Terbuka.....	34
Gambar 2.12 Pemasangan Bidai	35
Gambar 2.13 a. Dislokasi-parsial; b. Dislokasi-total	36
Gambar 4.1 Histogram Hasil Pengetahuan Guru Penjas Di SMA/SMK Se- Kota Pangkalpinang.....	62
Gambar 4.2 Diagram Hasil Pengetahuan Guru Penjas Di SMA/SMK Se- Kota Pangkalpinang.....	64
Gambar 4.3 Histogram Hasil Indikator Pengertian Cedera Olahraga Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	66
Gambar 4.4 Diagram Hasil Indikator Pengertian Cedera Olahraga Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	68
Gambar 4.5 Histogram Hasil Indikator Pengertian Tingkatan Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	70
Gambar 4.6 Diagram Hasil Indikator Pengertian Tingkatan Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	72
Gambar 4.7 Histogram Hasil Pengertian Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK	

Se-Kota Pangkalpinang	74
Gambar 4.8 Diagram Hasil Pengertian Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	76
Gambar 4.9 Histogram Hasil Indikator Pengertian Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	78
Gambar 4.10 Diagram Hasil Indikator Pengertian Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	80
Gambar 4.11 Histogram Hasil Indikator Penanganan Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	82
Gambar 4.12 Diagram Hasil Indikator Penanganan Sifat Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	84
Gambar 4.13 Histogram Hasil Indikator Penanganan Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	86
Gambar 4.14 Diagram Hasil Indikator Penanganan Jenis Cedera Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	88
Gambar 4.15 Histogram Hasil Indikator Tingkatan Pencegahan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	90
Gambar 4.16 Diagram Hasil Indikator Tingkatan Pencegahan Guru Penjas Di SMA/SMK Se-Kota Pangkalpinang	92

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validasi dan Reliabilitas	97
Lampiran 2 Deskripsi Data	98
Lampiran 3 Data Statistik	99
Lampiran 4 Daftar Nama Guru & Tempat Tugas	107
Lampiran 5 Kisi-Kisi & Angket Penelitian	108
Lampiran 6 Surat Validasi	114
Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian	115
Lampiran 8 Surat Balasan Penelitian	116
Lampiran 9 Dokumentasi	117
Lampiran 10 Riwayat Hidup.....	118

