

Lampiran 1

Membuat Kisi – kisi Instrumen

Dimensi	Indikator	Nomor Soal	
		Positif	Negatif
Pemahaman Cedera Olahraga	Definisi cedera olahraga	1, 4	3
	Faktor – faktor yang menyebabkan terjadinya cedera olahraga	2, 5	
Tujuan pertolongan pertama dalam cedera olahraga	Menjaga agar korban tetap hidup	6	9
	Pencegahan agar cedera tak terjadi lebih lanjut	7	
	Memberikan rasa aman dan nyaman	8	
Sistematika dalam pertolongan pertama cedera olahraga	Penilaian keadaan sekitar		10
	Penilaian dini	11	
	Penilaian fisik	12	
	Penatalaksanaan	14,15 & 16	13

Jenis – jenis cedera dan tata pelaksanaan pertolongan pertamanya	Luka	17	18
	Memar, Sprain dan Strain	19,20 & 21	22
	Dislokasi	23 & 24	
	Patah tulang	25,27 & 28	26
	Pingsan	29,30 & 32	31
	Kram	33 & 34	35
	Hal yang tak boleh dilakukan pada pertolongan pertama dalam cedera olahraga	Tidak boleh terapi panas	36
Tidak boleh dikompres dengan alkohol			37
Tidak boleh melanjutkan olahraga			38
Tidak boleh diurut		39	40

Lampiran 2
Angket Pengumpulan Data

**Angket Pemahaman Penanganan Dan Pemberian
Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Pada Anggota PMR
SMP Negeri 20 Jakarta Timur**

Identitas Responden

Nama :

Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan

Umur : Tahun

Alamat :

.....

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2016

B = Benar

S = Salah

Cara Pengisian Kuisisioner

1. Mohon memberi tanda checklist (✓) pada jawaban yang responden anggap paling sesuai
2. Jika jawaban tidak sesuai anda diperkenankan ganti dengan cara mencoretnya
3. Setiap pertanyaan hanya membutuhkan satu jawaban saja
4. Setelah melakukan pengisian, mohon responden mengembalikan kuisisioner

No	Pertanyaan	B	S
1	Cedera olahraga adalah segala macam cedera yang timbul baik pada waktu latihan atau berolahraga maupun setelahnya		
2	Benturan atau kontak tubuh yang terjadi ketika berolahraga (<i>Body Contact</i>) merupakan faktor penyebab terjadinya cedera olahraga		
3	Perlakuan pemanasan yang tak benar tidak mempengaruhi resiko terjadinya cedera ketika berolahraga		
4	Cedera yang terjadi pada saat tidak melakukan ataupun setelah olahraga tidak termasuk ke dalam cedera olahraga		
5	Melakukan pemanasan secara tidak benar merupakan penyebab terjadinya cedera yang disebabkan oleh diri sendiri (<i>Internal Violence</i>)		
6	Pada keadaan darurat prioritas utama pertolongan pertama adalah menyelamatkan jiwa korban		

7	Pemberian pertolongan pertama secara cepat dan tepat akan mencegah cedera tak terjadi lebih lanjut		
8	Tindakan pertolongan pertama diupayakan mengarah kepada memberikan rasa nyaman pada korban		
9	Keselamatan jiwa korban bukanlah tujuan paling utama dari sebuah tindakan pertolongan pertama		
10	Pemberian pertolongan pertama dapat dilakukan dimana saja walaupun lingkungan sekitar tak aman dalam pelaksanaannya		
11	Penilaian dini dalam pertolongan pertama yaitu pemeriksaan awal terhadap korban, pemeriksaan yang bersifat mendasar dan berhubungan dengan kelangsungan hidup korban		
12	Pemeriksaan fisik dalam pemberian pertolongan pertama dilakukan dengan mengandalkan pancra indra yaitu penglihatan (Inpeksi), Pendengaran (Auskultasi) dan Perabaan (Palpasi)		
13	Pemberian pertolongan pertama tak mesti dilakukan secara cepat dan tepat		
14	Metode <i>RICE</i> merupakan metode yang digunakan dalam penanganan dan pemberian pertolongan pertama		
15	Fungsi dari kompres dingin pada pertolongan pertama adalah untuk melancarkan pembuluh darah yang tersumbat		
16	Melakukan peninggian (<i>Elevation</i>) pada daerah cedera berguna untuk mencegah pembengkakkan serta rasa nyeri		
17	Luka sobek pada kulit sebaiknya dibersihkan dengan air lalu diberi antiseptik seperti detol atau betadine		
18	Luka terbuka (sobek pada kulit) tidak perlu ditutup dengan perban atau kain yang melekat pada kulit karena tidak akan menyebabkan infeksi		

19	Memar merupakan cedera yang disebabkan oleh benturan benda keras pada jaringan tubuh lunak		
20	Pertolongan pertama pada memar adalah dengan memberikan kompres es		
21	Pemberian kompres es pada cedera memar dilakukan selama 15 – 20 menit		
22	Memberikan balsem pada pertolongan pertama cedera Strain dan Sprain merupakan tindakan yang dibenarkan		
23	Dislokasi adalah keluarnya bongkol sendi dari mangkok sendi. Dimana keadaan tulang-tulang yang membentuk sendi tidak lagi berhubungan secara anatomis (tulang lepas dari sendi)		
24	Penanganan yang dilakukan pada saat terjadi dislokasi adalah dengan imobilisasi, melakukan metode <i>RICE</i> , dan segera mengirim ke rumah sakit untuk secepatnya dilakukan reposisi.		
25	Pada kasus patah tulang pertolongan pertama yang harus dilakukan adalah melakukan pembidaian pada daerah yang terjadi cedera		
26	Pada cedera patah tulang korban diperbolehkan melanjutkan olahraga kembali		
27	Pembidaian pada patah tulang memiliki tujuan untuk menahan atau menjaga agar bagian tulang yang patah tidak bergerak (immobilisasi)		
28	Tanda-tanda patah tulang antara lain penderita tidak dapat menggerakkan bagian yang luka, bentuk bagian yang terkena tampak tidak normal, rasa nyeri kalau digerakkan, kulit tak terasa jika disentuh, pembengkakan dari warna biru di sekitar kulit yang luka.		
29	Membaringkan korban dengan posisi kaki lebih tinggi dari		

	kepada pada korban pingsan bertujuan agar peredaran darah menuju otak menjadi lancar		
30	Memeriksa jalan pernafasan dengan meluruskan kepala (ekstensi), sokong leher dan buka kedua bibir merupakan pertolongan pertama pada pingsan		
31	Pada kejadian pingsan korban tak perlu dipindahkan ke tempat yang lebih sejuk dan tak perlu melonggarkan pakaian korban		
32	Pingsan adalah keadaan kehilangan kesadaran yang bersifat sementara dan singkat, disebabkan oleh berkurangnya aliran darah dan oksigen yang menuju ke otak		
33	Kram otot terjadi dikarenakan penumpukan asam laktat yang disebabkan karena kelelahan		
34	Pertolongan pertama pada kram adalah dengan memberikan terapi panas atau balsem		
35	Jika terjadi kram pertolongan pertama yang dilakukan adalah dengan meregangkan otot tersebut secara perlahan.		
36	Menggunakan terapi panas pada saat pertolongan pertama cedera adalah hal yang tak boleh dilakukan		
37	Merendam daerah cedera dengan alkohol akan mengurangi pembengkakan serta mempercepat proses penyembuhan		
38	Melanjutkan berolahraga kembali sesaat setelah cedera membuat cedera akan membaik		
39	Pijatan pada saat cedera akan meningkatkan aliran darah sehingga akan membuat semakin bengkak dan dapat terjadi kerusakan pada jaringan yang cedera		
40	Memberikan pijatan dalam penanganan pertolongan pertama merupakan langkah yang dibolehkan		

Lampiran 3. Tabel Hasil Uji Instrumen

Pemahaman Penanganan dan Pemberian Pertolongan Pertama

Dalam Cedera Olahraga Pada Anggota PMR SMP Negeri 20 Jakarta

Timur

No	Butir Soal / Item / Nomor Soal							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	0	1	1
3	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	0	1	1
7	1	1	1	1	1	0	1	1
8	0	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	0	1	1	1	1
10	1	1	1	0	1	1	1	1
11	1	1	1	0	1	1	1	1
12	1	1	1	0	1	0	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1
14	0	1	0	1	1	1	1	1
15	1	1	0	1	1	0	1	1
16	1	1	0	0	1	1	1	1
17	0	1	1	1	1	1	1	1
18	1	1	1	0	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1	1	1
20	1	1	0	0	1	1	1	1
21	1	1	0	0	0	1	1	1
22	0	1	0	0	1	1	1	1
23	0	1	0	0	1	1	1	0
24	1	1	0	1	1	1	1	1
25	1	1	0	1	1	1	1	1
Ni	20	25	16	15	24	20	25	24

No	Butir Soal / Item / Nomor Soal							
	9	10	11	12	13	14	15	16
1	1	0	1	1	0	1	1	0
2	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1
6	0	1	1	1	1	1	1	1
7	0	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	1	1	1
10	1	1	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	0
15	0	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	0	1	1
17	1	1	1	1	1	1	0	1
18	1	0	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	1	1	1	0	1
21	1	1	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	1	1	0	1
23	1	1	1	1	1	0	1	1
24	0	1	1	1	1	1	1	1
25	0	0	1	1	1	0	1	1
Ni	20	22	25	25	24	22	22	23

No	Butir Soal / Item / Nomor Soal							
	17	18	19	20	21	22	23	24
1	1	1	1	1	1	0	1	1
2	1	1	1	1	1	0	1	1
3	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	0	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	0	1	1
10	1	1	1	1	1	0	1	1
11	1	1	1	1	1	0	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	0	1	1	0	1	1
16	1	1	1	1	1	0	1	1
17	1	1	1	1	1	1	0	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	0	1	1
20	1	1	1	1	1	1	1	0
21	1	1	1	1	1	0	1	1
22	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	0	0	1	1
24	1	1	1	1	1	0	1	1
25	1	1	1	1	1	0	1	1
Ni	25	25	24	25	24	12	24	24

No	Butir Soal / Item / Nomor Soal							
	25	26	27	28	29	30	31	32
1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	1	0	1	1	1
4	1	1	1	1	0	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	1	1	1
10	1	1	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	0	1	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	1	1	1	1	1
21	1	1	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	1	0	1	1
23	1	1	1	1	1	0	1	1
24	1	1	1	1	1	1	1	1
25	1	0	1	1	1	0	1	1
Ni	25	24	25	25	23	21	25	25

No	Butir Soal / Item / Nomor Soal								Total Skor
	33	34	35	36	37	38	39	40	
1	1	0	1	1	1	1	1	0	34
2	1	0	0	0	1	1	1	0	34
3	1	1	1	0	0	1	0	0	35
4	1	1	1	0	0	1	0	0	34
5	1	1	1	1	1	1	1	1	40
6	0	1	1	1	1	1	1	1	37
7	1	1	1	1	1	1	1	1	38
8	1	1	1	1	0	1	1	1	38
9	1	1	1	1	0	1	0	1	36
10	1	1	1	1	1	1	1	1	38
11	1	0	1	1	1	1	1	1	37
12	1	1	1	0	1	1	1	0	36
13	1	0	1	1	1	1	1	1	39
14	1	0	1	1	1	1	1	1	36
15	1	0	1	0	0	1	1	1	32
16	1	0	1	0	0	1	0	1	32
17	1	0	1	0	1	1	0	1	33
18	1	0	1	1	1	1	0	0	35
19	1	0	1	0	0	1	0	0	34
20	0	0	1	0	1	1	0	1	32
21	1	0	1	0	1	1	1	1	34
22	1	0	1	0	0	1	0	1	31
23	1	0	1	0	0	1	0	1	28
24	1	0	1	1	0	1	0	0	33
25	1	0	1	0	0	1	0	0	28
Ni	23	9	24	12	14	25	13	16	864

Lampiran 4. Daftar Hasil Tes
Pemahaman Anggota PMR Tentang Cedera

No	Nomor Butir Soal					Skor Total	Nilai
	1	2	3	4	5		
1	1	1	1	1	1	5	100
2	1	1	0	1	1	4	80
3	1	1	1	1	1	5	100
4	1	1	1	1	1	5	100
5	1	1	1	1	1	5	100
6	1	1	1	1	1	5	100
7	1	1	1	1	1	5	100
8	0	1	1	1	1	4	80
9	1	1	1	0	1	4	80
10	1	1	1	0	1	4	80
11	1	1	1	0	1	4	80
12	1	1	1	0	1	4	80
13	1	1	1	1	1	5	100
14	0	1	0	1	1	3	60
15	1	1	0	1	1	4	80
16	1	1	0	0	1	3	60
17	0	1	1	1	1	4	80
18	1	1	1	0	1	4	80
19	1	1	1	1	1	5	100
20	1	1	0	0	1	3	60
21	1	1	0	0	0	2	40
22	0	1	0	0	1	2	40
23	0	1	0	0	1	2	40
24	1	1	0	1	1	4	80
25	1	1	0	1	1	4	80
Ni	20	25	15	15	24	99	1980

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 100 - 40 \\ &= 60 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3) \log n \\ &= 1 + (3,3) \log 25 \\ &= 1 + (3,3) 1,3 \\ &= 5,29 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval Kelas (IK)} &= \frac{R}{BK} \\ &= \frac{60}{5} \\ &= 12 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Simpangan Baku} &= \sqrt{\frac{n \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{25(166600) - (1980)^2}{25(25-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{4150000 - 3920400}{25(24)}} \\ &= \sqrt{\frac{229600}{600}} \\ &= \sqrt{382,66} \\ &= 19,56 \end{aligned}$$

Lampiran 5. Daftar Hasil Tes

Pemahaman Anggota PMR Tentang Tujuan Pertolongan Pertama

Dalam Cedera Olahraga

No	Nomor Butir Soal				Skor Total	Nilai
	6	7	8	9		
1	1	1	1	1	4	100
2	0	1	1	1	3	75
3	1	1	1	1	4	100
4	1	1	1	1	4	100
5	1	1	1	1	4	100
6	0	1	1	0	2	50
7	0	1	1	0	2	50
8	1	1	1	1	4	100
9	1	1	1	1	4	100
10	1	1	1	1	4	100
11	1	1	1	1	4	100
12	0	1	1	1	3	75
13	1	1	1	1	4	100
14	1	1	1	1	4	100
15	0	1	1	0	2	50
16	1	1	1	1	4	100
17	1	1	1	1	4	100
18	1	1	1	1	4	100
19	1	1	1	1	4	100
20	1	1	1	1	4	100
21	1	1	1	1	4	100
22	1	1	1	1	4	100
23	1	1	0	1	3	75
24	1	1	1	0	3	75
25	1	1	1	0	3	75
Ni	20	25	24	20	89	2225

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 100 - 50 \\ &= 50 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3) \log n \\ &= 1 + (3,3) \log 25 \\ &= 1 + (3,3) 1,3 \\ &= 5,29 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval Kelas (IK)} &= \frac{R}{BK} \\ &= \frac{50}{5} \\ &= 10 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Simpangan Baku} &= \sqrt{\frac{n \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{25 (205625) - (2225)^2}{25(25 - 1)}} \\ &= \sqrt{\frac{5140625 - 4950625}{25(24)}} \\ &= \sqrt{\frac{190000}{600}} \\ &= \sqrt{316,66} \\ &= 17,79 \end{aligned}$$

Lampiran 6. Daftar Hasil Tes
Pemahaman Anggota PMR Tentang Sistematika Dalam
Pertolongan Pertama Cedera Olahraga

No	Nomor Butir Soal							Skor Total	Nilai
	10	11	12	13	14	15	16		
1	0	1	1	0	1	1	0	4	57
2	1	1	1	1	1	1	1	7	100
3	1	1	1	1	1	1	1	7	100
4	1	1	1	1	1	1	1	7	100
5	1	1	1	1	1	1	1	7	100
6	1	1	1	1	1	1	1	7	100
7	1	1	1	1	1	1	1	7	100
8	1	1	1	1	1	1	1	7	100
9	1	1	1	1	1	1	1	7	100
10	1	1	1	1	1	1	1	7	100
11	1	1	1	1	1	1	1	7	100
12	1	1	1	1	1	1	1	7	100
13	1	1	1	1	1	1	1	7	100
14	1	1	1	1	1	1	0	6	85
15	1	1	1	1	1	1	1	7	100
16	1	1	1	1	0	1	1	6	85
17	1	1	1	1	1	0	1	6	85
18	0	1	1	1	1	1	1	6	85
19	1	1	1	1	1	1	1	7	100
20	1	1	1	1	1	0	1	6	85
21	1	1	1	1	1	1	1	7	100
22	1	1	1	1	1	0	1	6	85
23	1	1	1	1	0	1	1	6	85
24	1	1	1	1	1	1	1	7	100
25	0	1	1	1	0	1	1	5	72
Ni	22	25	25	24	22	22	23	163	2324

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 100 - 57 \\ &= 43 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3) \log n \\ &= 1 + (3,3) \log 25 \\ &= 1 + (3,3) 1,3 \\ &= 5,29 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval Kelas (IK)} &= \frac{R}{BK} \\ &= \frac{43}{5} \\ &= 8,6 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Simpangan Baku} &= \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{25(219008) - (2324)^2}{25(25-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{5475200 - 5400976}{25(24)}} \\ &= \sqrt{\frac{74224}{600}} \\ &= \sqrt{123,70} \\ &= 11,12 \end{aligned}$$

Lampiran 7. Daftar Hasil Tes
Pemahaman Anggota PMR Tentang Jenis-Jenis Cedera
dan Tata Pelaksanaan Pertolongan Pertama

No	Nomor Butir Soal									
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
10	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
20	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
21	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
24	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
25	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0
Ni	25	25	24	25	24	12	24	24	25	24

No	Nomor Butir Soal									Skor Total	Nilai
	27	28	29	30	31	32	33	34	35		
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	89
2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	16	84
3	1	1	0	1	1	1	1	1	1	18	94
4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	17	89
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	100
6	1	1	1	1	1	1	0	1	1	18	94
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	100
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	100
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	94
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	94
11	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	89
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	100
13	1	1	1	1	1	1	1	0	1	18	94
14	1	1	1	1	1	1	1	0	1	18	94
15	1	1	1	1	1	1	1	0	1	16	84
16	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	89
17	1	1	1	0	1	1	1	0	1	16	84
18	1	1	1	1	1	1	1	0	1	18	94
19	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	89
20	1	1	1	1	1	1	0	0	1	16	84
21	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	89
22	1	1	1	0	1	1	1	0	1	17	89
23	1	1	1	0	1	1	1	0	1	15	78
24	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	89
25	1	1	1	0	1	1	1	0	1	15	78
Ni	25	25	23	21	25	25	23	9	24	432	2262

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 100 - 78 \\ &= 22 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3) \log n \\ &= 1 + (3,3) \log 25 \\ &= 1 + (3,3) 1,3 \\ &= 5,29 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval Kelas (IK)} &= \frac{R}{BK} \\ &= \frac{22}{5} \\ &= 4,4 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Simpangan Baku} &= \sqrt{\frac{n \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{25(205612) - (2262)^2}{25(25-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{5140300 - 5116644}{25(24)}} \\ &= \sqrt{\frac{23656}{600}} \\ &= \sqrt{39,42} \\ &= 6,27 \end{aligned}$$

Lampiran 8. Daftar Hasil Tes

**Pemahaman Anggota PMR Tentang Hal-Hal Yang Tidak Boleh
Dilakukan Pada Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga**

No	Nomor Butir Soal					Skor Total	Nilai
	36	37	38	39	40		
1	1	1	1	1	0	4	80
2	0	1	1	1	0	3	60
3	0	0	1	0	0	1	20
4	0	0	1	0	0	1	20
5	1	1	1	1	1	5	100
6	1	1	1	1	1	5	100
7	1	1	1	1	1	5	100
8	1	0	1	1	1	4	80
9	1	0	1	0	1	3	60
10	1	1	1	1	1	5	100
11	1	1	1	1	1	5	100
12	0	1	1	1	0	3	60
13	1	1	1	1	1	5	100
14	1	1	1	1	1	5	100
15	0	0	1	1	1	3	60
16	0	0	1	0	1	2	40
17	0	1	1	0	1	3	60
18	1	1	1	0	0	3	60
19	0	0	1	0	0	1	20
20	0	1	1	0	1	3	60
21	0	1	1	1	1	4	80
22	0	0	1	0	1	2	40
23	0	0	1	0	1	2	40
24	1	0	1	0	0	2	40
25	0	0	1	0	0	1	20
Ni	12	14	25	13	16	80	1600

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 100 - 20 \\ &= 80 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3) \log n \\ &= 1 + (3,3) \log 25 \\ &= 1 + (3,3) 1,3 \\ &= 5,29 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval Kelas (IK)} &= \frac{R}{BK} \\ &= \frac{80}{5} \\ &= 16 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Simpangan Baku} &= \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{25(122400) - (1600)^2}{25(25-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{3060000 - 2560000}{25(24)}} \\ &= \sqrt{\frac{500000}{600}} \\ &= \sqrt{833,33} \\ &= 28,86 \end{aligned}$$

Lampiran 9. Tabel Hasil Uji Instrumen

**Pemahaman Penanganan Dan pemberian Pertolongan Pertama
Dalam Cedera Olahraga Pada Anggota PMR SMP Negeri 20 Jakarta
Timur**

No	Nama Responden	Skor Total	Nilai
1	Nadia Aulia Sofa	34	85
2	Irdi Dwi Yanti	34	85
3	Raliya Putri Maharani	35	88
4	Oryza Sativa	34	85
5	Halimatun Zakiah	40	100
6	Aulia Sustru Dewiyanti Irawan	37	93
7	Adilah Maharani	38	95
8	Arina Luthfiana	38	95
9	Sekar Endah Sinarinyas	36	90
10	Ratmelia Sari	38	95
11	Fitri Rahmadhani	37	93
12	Prita Shounna Aramintana	36	90
13	Dewi Rusmiyati	39	98
14	Sindy Graciella	36	90
15	Indira Ramadhani Lisyanto	32	80
16	Mega Aulia Janatulaila	32	80
17	Yasmine Afiani G	33	83
18	Shinta Amalia Namarito	35	88
19	Syifa Fauziah Azzahrah	34	85
20	Annisa Damayanti	32	80
21	Annisa Aulia Maya Kinanti	34	85
22	I Wadek Andika Dwi Putra	31	78
23	Fadly Hanafi	28	70
24	Adinda Syaharani	33	83
25	Fathin Difani	28	70
Total		864	2160

No	Nama Responden	Persentase	Kategori
1	Nadia Aulia Sofa	85%	Baik
2	Irdi Dwi Yanti	85%	Baik
3	Raliya Putri Maharani	88%	Baik
4	Oryza Sativa	85%	Baik
5	Halimatun Zakiah	100%	Baik
6	Aulia Sustru Dewiyanti Irawan	93%	Baik
7	Adilah Maharani	95%	Baik
8	Arina Luthfiana	95%	Baik
9	Sekar Endah Sinarinyas	90%	Baik
10	Ratmelia Sari	95%	Baik
11	Fitri Rahmadhani	93%	Baik
12	Prita Shounna Aramintana	90%	Baik
13	Dewi Rusmiyati	98%	Baik
14	Sindy Graciella	90%	Baik
15	Indira Ramadhani Lisyanto	80%	Baik
16	Mega Aulia Janatulaila	80%	Baik
17	Yasmine Afiani G	83%	Baik
18	Shinta Amalia Namarito	88%	Baik
19	Syifa Fauziah Azzahrah	85%	Baik
20	Annisa Damayanti	80%	Baik
21	Annisa Aulia Maya Kinanti	85%	Baik
22	I Wadek Andika Dwi Putra	78%	Baik
23	Fadly Hanafi	70%	Cukup Baik
24	Adinda Syaharani	83%	Baik
25	Fathin Difani	70%	Cukup Baik

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

$$\begin{aligned} \text{Rentang (R)} &= \text{data terbesar} - \text{data terkecil} \\ &= 100 - 70 \\ &= 30 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3) \log n \\ &= 1 + (3,3) \log 25 \\ &= 1 + (3,3) 1,3 \\ &= 5,29 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval Kelas (IK)} &= \frac{R}{BK} \\ &= \frac{30}{5} \\ &= 6 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Simpangan Baku} &= \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{25(188050) - (2160)^2}{25(25-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{4701250 - 4665600}{25(24)}} \\ &= \sqrt{\frac{35650}{600}} \\ &= \sqrt{59,41} \\ &= 7,7 \end{aligned}$$

Lampiran 10. Dokumentasi Pengambilan Data



Pengisian Angket Pemahaman Penanganan dan Pemberian Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga



Pengisian Angket Pemahaman Penanganan dan Pemberian Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga

Sumber: Dokumentasi Pribadi



Pengarahan Pengisian Angket Pemahaman Penanganan dan Pemberian Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga



Pengumpulan Angket Pemahaman Penanganan dan Pemberian Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga

Sumber: Dokumentasi Pribadi



**Pengumpulan Angket Pemahaman Penanganan dan Pemberian
Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga**



**Pengumpulan Angket Pemahaman Penanganan dan Pemberian
Pertolongan Pertama Dalam Cedera Olahraga**

Sumber: Dokumentasi Pribadi