

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis 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 ketidakbenaran 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, 18 Juli 2017

Yang membuat pernyataan

Guntur Agung Pratama

No Reg. 6815132697

## HALAMAN PERSEMBAHAN



*Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu  
Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah Bacalah, dan Tuhanmulah  
yang maha mulia*

*Yang mengajar manusia dengan pena,  
Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya (QS: Al-'Alaq 1-5)  
Maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang kamu dustakan ? (QS: Ar-Rahman 13)  
Niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman diantaramu  
dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat  
(QS : Al-Mujadilah 11)*

*Ya Allah,  
Waktu yang sudah kujalani dengan jalan hidup yang sudah menjadi takdirku,  
sedih, bahagia, dan bertemu orang-orang yang memberiku sejuta  
pengalaman bagiku, yang telah memberi warna-warni kehidupanku.  
Kubersujud dihadapan Mu,  
Engaku berikan aku kesempatan untuk bisa sampai  
Di penghujung awal perjuanganku  
Segala Puji bagi Mu ya Allah,*

*Alhamdulillah..Alhamdulillah..Alhamdulillahirobbil'alamin..*

*Sujud syukurku kusembahkan kepadamu Tuhan yang Maha Agung nan  
Maha Tinggi nan Maha Adil nan Maha Penyayang, atas takdirmu telah kau  
jadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan  
bersabar dalam menjalani kehidupan ini. Semoga keberhasilan ini menjadi  
satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku.*

*Lantunan Al-fatihah beriring Shalawat dalam silahku  
merintih, menadahkan doa dalam syukur yang tiada terkira, terima kasihku  
untukmu. Kupersembahkan sebuah karya kecil ini untuk Ayahanda dan  
Ibundaku tercinta, yang tiada pernah hentinya selama ini memberiku  
semangat, doa, dorongan, nasehat dan kasih sayang serta pengorbanan  
yang tak tergantikan hingga aku selalu kuat menjalani setiap rintangan  
yang ada didepanku.,,Ayah,.. Ibu...terimalah bukti kecil ini sebagai kado  
keseriusanku untuk membalas semua pengorbananmu..dalam hidupmu*

*dem i hidupku kalian ikhlas mengorbankan segala perasaan tanpa kenal lelah, dalam lapar berjuang separuh nyawa hingga segalanya.. Maafkan anakmu Ayah,, Ibu,, masih saja ananda menyusahkanmu..*

*Dalam silah di lima waktu mulai fajar terbit hingga terbenam.. seraya tangaku menadah”.. ya Allah ya Rahman ya Rahim... Terimakasih telah kau tempatkan aku diantara kedua malaikatmu yang setiap waktu ikhlas menjagaku,, mendidikku,, membimbingku dengan baik,, ya Allah berikanlah balasan setimpal syurga firdaus untuk mereka dan jauhkanlah mereka nanti dari panasnya sengat hawa api nerakamu..*



*Untukmu Ayahanda (FAHRIZAL),,, Ibunda (EVI DAWATI)...Terimakasih....  
we always loving you... ( ttd. Anakmu)*

*Dalam setiap langkahku aku berusaha mewujudkan harapan-harapan yang kalian impikan didiriku, meski belum semua itu kuraih' insyallah atas dukungan doa dan restu semua mimpi itu kan terjawab di masa penuh kehangatan nanti. Untuk itu kupersembahkan ungkapan terimakasihku kepada:*

*Bunda (Nurhidayati), Abukdin, Ibu Nia, Cicik Amin, Cicik Yati ..”Keponakan kalian yang paling nakal ini bisa wisuda juga kan.. Terima kasih buat segala dukungan doanya dan terima kasih sudah memberikan didikan yang luar biasa yang telah membuat manusia yang bukan siapa-siapa ini menjadi seorang sarjana muda..*

*Terimakasih kuucapkan Kepada Teman-teman seperjuangan di Kosan 18 yang selalu menjadi tempat yang luar biasa..*

*“Tanpamu teman aku tak pernah berarti,,tanpamu teman aku bukan siapa-siapa yang takkan jadi apa-apa”, buat saudara sekaligus sahabatku Femika Fratama, subhan, Eki, Farjan, dan senior-senior di kosan 18 terima kasih banyak atas segala bantuan dan motivasinya, wisuda juga akhirnya haha.. buat femika (eka) mokasih banyak brother selamo ini kau lah jadi kawan yang luar biasa dari mulai test snmptn dan sbmptn kito lah bekawan sampai maknari amen nak di ibaratkan lah seiring sejalan nian kito ni (kau tesiring aku di jalan.. haha), cobalah jangan nyari jalan pintas terus, coba berusaha dengan kemampuan kau dewek bro hasilnya pasti lebih memuaskan amen berhasil. Nianlah dak mbudi dak aku.. haha. jangan cepat menyerah apapun yang terjadi, tetap melangkah meski itu sulit’. Letakkan bayangan toga didepan alis mata, target 5cm itu pasti kalian raih !!,*



*Spesial untuk KMPA Eka Citra UNJ, terimakasih atas segala bantuan dan motivasinya, di sinilah rumah, tempat belajar, juga sekaligus tempat berpetualang bagi penulis, tak ada kata yang lebih indah kecuali kita ini bersaudara. Dan maaf penulis tidak bisa menyelesaikan tugas sebagai Kadiv arung Jeram periode 2017 dikarenakan penulis harus memenuhi tanggung jawab sebagai anak dan sebagai mahasiswa. Terima kasih ..*



*Kalian semua bukan hanya menjadi teman yang baik, kalian adalah saudara bagiku!!*

*Spesial buat seseorang !!*

*Buat seseorang yang masih menjadi rahasia illahi, terimakasih untuk semua-semuanya yang tercurah untukku. Untuk seseorang di relung hati percayalah bahwa hanya ada satu namamu yang selalu kusebut-sebut dalam benih-benih doaku, semoga keyakinan dan takdir ini terwujud, insyallah kita bertemu atas ridho dan izin Allah S.W.T. –Dear My Blue*

*Untuk ribuan tujuan yang harus dicapai, untuk jutaan impian yang akan dikejar, untuk sebuah pengharapan, agar hidup jauh lebih bermakna, hidup tanpa mimpi ibarat arus sungai. Mengalir tanpa tujuan. Teruslah belajar, berusaha, dan berdoa untuk menggapainya.*

*Jatuh berdiri lagi. Kalah mencoba lagi. Gagal Bangkit lagi.*

*Never give up!*

*Sampai Allah SWT berkata “waktunya pulang”*

*Hanya sebuah karya kecil dan untaian kata-kata ini yang dapat kupersembahkan kepada kalian semua,, Terimakasih beribu terimakasih kuucapkan..*

*Atas segala kekhilafan salah dan kekuranganku, kurendahkan hati serta diri menjabat tangan meminta beribu-ribu kata maaf tercurah.*

*Skripsi ini kupersembahkan. -by” Guntur Agung Pratama.*

## RINGKASAN

**GUNTUR AGUNG PRATAMA. Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta. Juli 2017.**

### ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk Mengetahui Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta. Penelitian ini dilakukan di sekretariat Jl. Rawamangun Muka, Kampus A UNJ Gd. G Lantai 2 No.203 Jakarta Timur 13220. Pada tanggal 5 Juni 2017. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik survey penyebaran angket sebagai instrumen dalam pengumpulan data,, sampel yang digunakan yaitu seluruh Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta Tahun 2017 yang berjumlah 19 orang, pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang di gunakan berbentuk pernyataan dengan menggunakan Skala Guttman.

Hasil penelitian Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta menunjukan sebanyak 13 Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta memiliki pengetahuan yang baik (68%), sebanyak 6 anggota memilki pengetahuan cukup (32%). Nilai rata-rata Pengetahuan PPCO pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ 78% memiliki pengetahuan yang baik

**Kata kunci : Pengetahuan PPCO, Anggota Muda (DIKLATSAR36), KMPA Eka Citra UNJ.**

## **ABSTRACT**

This research has a purpose to Know Knowledge First Aid Sports Injury (PPCO) In Young Member (DIKLATSAR 36) Family Student Nature Lovers Eka Citra State University of Jakarta. This research was conducted in sekretariat Jl. Rawamangun Front, Campus A UNJ Gd. G Floor 2 No.203 East Jakarta 13220. On June 5, 2017. This research used descriptive method with survey questionnaire survey technique as an instrument in data collection, the sample used is all Young Members (DIKLATSAR 36) Family Students Nature Lovers Eka Citra State University of Jakarta Year 2017 which amounted to 19 people, sampling using total sampling technique. The research instrument uses questionnaires that are in the form of statements using Guttman Scale.

The results of the First Aid Sports Injury Knowledge (PPCO) Study on Young Members (DIKLATSAR 36) Family Students Nature Lovers Eka Citra State University of Jakarta addressed 13 Young Members (DIKLATSAR 36) Family Students Nature Lovers Eka Citra Jakarta State University has good knowledge (68 %), As many as 6 members have enough knowledge (32%). The average value of PPCO Knowledge in Young Members (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ 78% has good knowledge.

**Keywords: Knowledge of PPCO, Young Member (DIKLATSAR36), KMPA Eka Citra UNJ**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang memberikan limpahan cinta, kasih sayang dan kenikmatan yang tak terhitung banyaknya. Syukur alhamdulillah akhirnya penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi ini. Walaupun banyak rintangan dan cobaan yang menghadang, baik itu masalah yang timbul dari luar maupun dari dalam diri penulis sendiri namun berkat bantuan dari sang Maha Kuasa, dan juga dorongan dari rekan-rekan, akhirnya penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi ini yang diberi judul ***“Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO) Pada Anggota Muda (DIKLATSAR 36) Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam Eka Citra Universitas Negeri Jakarta”***.

Dalam merencanakan, menyusun, serta mengimplementasikan penelitian ini, saya sebagai penulis sadar bahwa proposal skripsi ini tidak dapat teraktualisasi dengan baik tanpa bimbingan, motivasi, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini saya bermaksud mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT berkat ridho-Nya lah penulis bisa menyelesaikan penulisan proposal skripsi ini.
2. Kedua orang tua penulis, Ayahanda Fahrizal Usman dan Ibunda Evi Dawati, yang tidak pernah mengeluh untuk membesarkan penulis hingga saat ini serta memberikan dukungan dan doa yang tiada hentinya.
3. Dr.dr.Junaedi,SP.Ko selaku pembimbing akademik yang tanpa lelah membimbing penulis dari awal perkuliahan sampai di penulisan proposal skripsi ini hingga selesai.



4. dr. Bazzar Ari Mighra selaku pembimbing satu yang selalu membimbing, memotivasi, mengarahkan dan mendukung hingga penulis menyelesaikan penulisan proposal skripsi ini
5. Pak Kuswahyudi, S.Or.,M.Pd selaku pembimbing dua yang selalu mengarahkan dan mengoreksi setiap kesalahan penulis hingga terselesaikanlah penulisan proposal skripsi ini.
6. Terimakasih untuk semua senior-senior dan kawan-kawan seperjuangan di kosan 18 yang selalu mendukung, mengarahkan dan membantu penulis sehingga terselesaikanlah proposal skripsi ini.
7. Keluarga Mahasiswa Pecinta Alam (KMPA) Eka Citra Universitas Negeri Jakarta, sebagai rumah, keluarga, tempat belajar, tempat bermain, tempat berorganisasi walaupun cuma berkesempatan sedikit untuk belajar dikarenakan penulis harus segera lulus tapi ilmu dan pengalaman yang terukir adalah pengalaman yang tak kan terlupakan sepanjang masa
8. Terimakasih untuk kawan-kawan setanah lahir yang tergabung di grup UNJ Wong Kito yang selalu menjadi keluarga bagi penulis tempat dimana penulis melepas rindu dengan kampung halaman hanya dengan berbicara dan bercanda gurau dengan kawan seperantauan.
9. Erica Sri Intan Ayu yang selalu mendampingi penulis disaat susah maupun senang, terima kasih telah sabar menghadapi sifat-sifat penulis dan menjadi penyemangat serta menjadi salah satu tujuan penulis untuk segera wisuda.
10. Serta pihak-pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dalam penyebutan namun tidak mengurangi rasa terima kasih penulis.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya apabila terdapat kesalahan baik dari penulisan, isi ataupun hasil dari penelitian ini. Penulis sangat berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang dilibatkan dalam proses penulisan proposal skripsi ini..

Jakarta, 26 April 2017

G.A.P

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>RINGKASAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7

### **BAB II KERANGKA TEORETIS DAN KERANGKA BERPIKIR**

A. Kerangka Teoretis.....	8
1. Hakikat Pengetahuan .....	8
2. Hakikat Kmpa Eka Citra UNJ .....	17
3. Hakikat Pertolongan Pertama Cedera Olahraga (PPCO).....	21
B. Kerangka Berpikir.....	42

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	46
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	46
C. Metode Penelitian .....	47
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	47
E. Instrumen Penelitian .....	48
F. Teknik Pengumpulan Data.....	51
G. Teknik Analisis Data .....	52

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data .....	55
B. Analisis Hasil Penelitian .....	68
C. Keterbatasan Penelitian .....	71

### **BAB V PENUTUP**

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

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>74</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>75</b>
-----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1 Kategori Pemberian Skor .....	42
Tabel 2 Kisi-Kisi Instrumen .....	42
Tabel 3 Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Jenis-Jenis Cedera Olahraga .....	48
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Dimensi Jenis-Jenis Cedera Olahraga .....	49
Tabel 5 Deskripsi Nilai Statistik Derajat Cedera Olahraga .....	51
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Dimensi Derajat Cedera Olahraga .....	51
Tabel 7 Deskripsi Nilai Statistik Dimensi Sebab-Sebab Terjadinya Cedera Olahraga .....	53
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Dimensi Sebab-Sebab Terjadinya Cedera Olahraga .....	54
Tabel 9 Deskripsi Nilai Statistik Penanganan Cedera Olahraga .....	56
Tabel 10 Daftar Frekuensi Dimensi Penanganan Cedera Olahraga .....	56
Tabel 11 Deskripsi Nilai Statistik Pertolongan Pertama Cedera Olahraga ..	65
Tabel 12 Daftar Frekuensi Pertolongan Pertama Cedera Olahraga .....	65

## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1 Metode RICE .....	18
Gambar 2 Tahap-tahap Penanganan Cedera Pada Kulit .....	24
Gambar 3 Tahap-tahap Melakukan Metode RICE .....	27
Gambar 4 Penanganan Patah Tulang .....	30
Gambar 5 Penanganan Muscle Cramp .....	32
Gambar 6 Dislokasi Sendi .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1 Kisi-kisi instrumen .....	70
Lampiran 2 Angket pengumpulan data .....	72
Lampiran 3 Tabel hasil uji instrumen pengetahuan PPCO pada anggota muda (DIKLATSAR 36) KMPA Eka Citra UNJ .....	80
Lampiran 4 Tabel hasil uji instrumen pengetahuan jenis-jenis cedera.....	85
Lampiran 5 Tabel hasil uji instrumen pengetahuan derajat cedera.....	88
Lampiran 6 Tabel hasil uji instrumen pengetahuan sebab cedera .....	90
Lampiran 7 Tabel hasil uji instrumen pengetahuan penanganan cedera .....	92
Lampiran 8 Dokumentasi penelitian.....	94
Lampiran 9 Surat keterangan validitas dosen ahli PPCO .....	95
Lampiran 10 Surat keterangan validitas dosen ahli statistik .....	96
Lampiran 11 Permohonan izin mengadakan penelitian .....	97
Lampiran 12 Surat balasan penelitian KMPA Eka Citra UNJ .....	98