

## Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Masyarakat tentang Kecelakaan Olahraga

Firman Sugiharto, A Danang Asmara, Wulan Puspita Sari, Lurdes A Freitas, Dadan Ramdani, Anastasia Anna, Aan Nuraeni

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

Email: [aan.nuraeni@unpad.ac.id](mailto:aan.nuraeni@unpad.ac.id)

Received: November 12, 2024, Accepted: July 30, 2025, Published: August 13, 2025

---

### Abstrak

Kecelakaan olahraga dapat memberikan dampak yang sangat signifikan dalam berbagai aspek kehidupan. Namun, pengetahuan masyarakat terkait ini masih cukup kurang dan tidak merata sehingga penting untuk dilakukan penyebaran informasi terkait pencegahan dan penanganan kecelakaan olahraga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat dalam pencegahan dan penanganan awal kecelakaan olahraga. Penelitian ini merupakan pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-post test*. Sampel penelitian sebanyak 230 responden dengan teknik *accidental sampling*. Analisis data dilakukan dengan melihat perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji beda *Wilcoxon*. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan, nilai rata-rata pengetahuan responden adalah  $59,30 \pm 26,21$ . Sedangkan, setelah diberikan pendidikan kesehatan, skor rata-rata meningkat menjadi  $84,87 \pm 20,27$ . Analisis bivariat menunjukkan adanya perbedaan signifikan secara statistik dengan nilai  $p < 0,001$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan masyarakat tentang kecelakaan olahraga sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Perlunya ada kegiatan seperti ini dilaksanakan di komunitas lainnya dan pada masyarakat secara umumnya sehingga penyebaran informasi dan pemahaman masyarakat terkait dengan kecelakaan olahraga akan semakin membaik dan dampak keterlambatan penanganan cedera dapat diminimalisir.

**Kata kunci:** Kecelakaan olahraga; pendidikan kesehatan; pengetahuan

### Abstract

Sports accidents can have a very significant impact on various aspects of life. However, public knowledge regarding this still needs to be improved and uneven, so it is essential to disseminate information related to preventing and handling sports accidents. This study aimed to determine the effect of health education on public knowledge in the prevention and early handling of sports accidents. This study was a pre-experimental study with a *one-group pre-post-test approach*. The research sample consisted of 230 respondents and was conducted using an *accidental sampling technique*. Data analysis was done by looking at the difference in *pre-test* and *post-test* values using the *Wilcoxon difference test*. The results of the study showed that before health education was given, the average value of respondents' knowledge was  $59.30 \pm 26.21$ . Meanwhile, after being given health education, the average score increased to  $84.87 \pm 20.27$ . Bivariate analysis showed a statistically significant difference with a  $p\text{-value} < 0.001$ . This shows a difference in public knowledge about sports accidents before and after being given health education. There is a need for activities like this to be carried out in other communities and society in general so that the dissemination of information and public understanding related to sports accidents will improve and the impact of delays in handling injuries can be minimized.

**Keywords:** Health education; knowledge; sports accidents.

## **Pendahuluan**

Berolahraga secara rutin dapat memberikan manfaat yang baik untuk kesehatan tubuh. Saat ini kegiatan olahraga juga memegang peranan penting dalam masyarakat. Namun, seiring dengan meningkatnya partisipasi masyarakat dalam olahraga, risiko gangguan kesehatan juga perlu diperhatikan. Selain cedera, aktivitas fisik yang berlebihan atau dilakukan tanpa persiapan yang cukup juga dapat menyebabkan gangguan seperti dehidrasi, gangguan irama jantung, heatstroke, bahkan kematian mendadak, terutama pada individu dengan kondisi medis tertentu (Corrado et al., 2005; Harmon et al., 2015). Oleh karena itu, penting untuk melakukan olahraga dengan benar dan memperhatikan kondisi tubuh.

Di samping itu, jumlah cedera yang berhubungan dengan olahraga juga meningkat. Dari 1.551 responden dari bulan Januari tahun 2015–Juni 2018 di Shenkursk District, Northwest Russia, tercatat bahwa pada kelompok usia 7–17 tahun mengalami cedera sebanyak 574 (37%) saat latihan fisik atau bermain (Unguryanu et al., 2020). Selain itu, studi yang dilakukan di India melaporkan bahwa cedera ekstremitas bawah merupakan mayoritas cedera olahraga, dengan lutut dan pergelangan kaki yang sering terkena dengan presentase 88,16% dan cedera lutut terjadi selama olahraga kompetitif 89,47% yang melibatkan *ligamen anterior cruciate* (ACL) (Swords, 2018). Kemudian, studi di Belanda, tercatat bahwa sebanyak 694 pasien yang mengalami cedera terkait olahraga. Insiden cedera akibat olahraga adalah 23,7 pada 1000 pasien dan prevalensi 27,8 pada 1000 pasien. Beberapa jenis olahraga yang rentan mengalami cedera, seperti sepak bola yang paling menonjol pada populasi ini, ekstremitas bawah tiga kali lebih sering terkena daripada ekstremitas atas (Baarveld et al., 2018). Sedangkan di Indonesia, berdasarkan Riset Dinas Kesehatan (2018) melaporkan bahwa prevalensi nasional kejadian cedera akibat olahraga mencapai 32,8% mengalami *sprain* (keseleo).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat terhadap informasi mengenai kecelakaan olahraga masih tergolong rendah. Menurut Ekegren et al. (2016) melaporkan bahwa terdapat kekurangan data dan informasi tentang cedera yang terjadi dari olahraga amatir, profesional dan elit. Sistem pendataan diperlukan sebagai upaya pemantauan terhadap cedera yang sering terjadi disebabkan saat berolahraga dan diperlukan pengembangan sebagai strategi keselamatan dalam berolahraga. Salah satu penyebab rendahnya pemahaman masyarakat awam adalah minimnya akses terhadap edukasi atau pelatihan terkait pencegahan dan penanganan cedera, terutama di komunitas olahraga non-profesional (Twomey et al., 2009). Kurangnya kampanye keselamatan olahraga di tingkat masyarakat juga turut berkontribusi terhadap kurangnya pengetahuan ini (Ekegren et al., 2015; Twomey et al., 2009). Hal ini perlu diupayakan karena pencegahan terhadap cedera merupakan hal yang harus diprioritaskan (Dipnall et al., 2022).

Ketika terjun dalam dunia olahraga penting untuk mengetahui seputar cedera olahraga, baik dari penyebab cedera, jenis-jenis cedera, pencegahan cedera dan penanganan pertama cedera saat berada di lapangan (Okta & Hartono, 2020). Dalam studi yang dilakukan oleh Pasek et al. (2022) mengatakan

bahwa sebagian masyarakat awam belum memahami bagaimana tatalaksana awal jika mengalami cedera olahraga. Hal ini dapat mengakibatkan cedera yang terjadi semakin parah bahkan bisa mengancam nyawa. Oleh karena itu, sosialisasi terkait fenomena cedera olahraga dan tindakan pertolongan pertama sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang cara mengatasi cedera olahraga.

Pertolongan pertama pada cedera olahraga perlu mendapat perhatian lebih. Hal ini dikarenakan banyak kasus cedera olahraga yang berlanjut atau memburuk jika pertolongan pertama untuk cedera olahraga tidak dilakukan dengan benar (Nurhayati et al., 2023). Pertolongan pertama dapat dilakukan dengan meminimalkan keterbatasan fungsional atau gerak pada kondisi cedera (Baidwan et al., 2018). Pertolongan pertama merupakan upaya awal yang dilakukan untuk menangani kondisi sakit atau cedera sebelum mendapatkan penanganan medis yang lebih lanjut. Hal ini dapat dilakukan oleh orang yang bukan ahli dalam menangani kejadian sakit atau cedera hingga mendapatkan pengobatan definitif. Dengan memiliki pengetahuan dasar, masyarakat dapat membantu memberikan pertolongan pertama guna mengurangi keparahan atau kecacatan akibat cedera (Wijaya et al., 2018).

Kekurangan informasi terkait kegawatdaruratan, termasuk kecelakaan olahraga, masih menjadi masalah di masyarakat. Banyak individu belum mengetahui tindakan yang tepat ketika menemukan korban di lapangan, gang sempit, atau dalam aktivitas sehari-hari lainnya. Padahal, masyarakat merupakan pihak yang paling sering pertama kali menemukan korban kegawatan. Oleh karena itu, urgensi penyediaan informasi yang jelas dan mudah diakses sangat penting untuk meningkatkan kesadaran. Selanjutnya, pengetahuan dan pelatihan dibutuhkan untuk memperkuat pemahaman masyarakat mengenai penanganan darurat. Meskipun media sosial telah berkembang, pengajaran, pendidikan, dan pelatihan tetap menjadi kunci untuk meminimalkan kesalahan dalam memberi pertolongan (Widodo, 2017).

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, peningkatan kesadaran dan penyebarluasan informasi melalui program pengabdian kepada masyarakat merupakan langkah yang penting. Salah satu bentuk kegiatan yang dapat dilakukan adalah pelatihan bantuan hidup dasar, khususnya ditujukan bagi pemuda dan masyarakat. Pelatihan ini menyasar remaja atau pemuda agar mereka dapat menyebarkan pengetahuan tersebut kepada masyarakat yang lebih luas. Dengan pelatihan ini, diharapkan pemahaman dan keterampilan remaja meningkat, sehingga mereka dapat berkontribusi dalam mengurangi kecacatan atau kematian pada korban sebelum mendapat penanganan medis di rumah sakit (Afni et al., 2023).

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-post test*, di mana peneliti mengamati satu kelompok utama dan melakukan intervensi dalam bentuk pendidikan kesehatan secara daring. Pendidikan kesehatan dilakukan dengan metode ceramah dan

tanya jawab dengan partisipan. Kegiatan berlangsung selama 3 jam dengan 2 sesi yaitu materi ceramah dengan diskusi tanya jawab. Sampel penelitian terdiri dari 115 masyarakat yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Kriteria inklusi responden seperti dapat membaca dan mengakses google form dan masyarakat umum yang mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan sampai dengan selesai. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang dikembangkan oleh peneliti. Kuesioner mencakup data demografi serta lima pertanyaan terkait kecelakaan olahraga, meliputi definisi sprain, penanganan, area dislokasi, penyebab strain, dan pencegahan. Responden yang menjawab benar diberi skor 1, sedangkan jawaban salah diberi skor 0. Total skor kemudian dihitung untuk menilai peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan. Pengaruh intervensi dianalisis menggunakan uji Wilcoxon, karena hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal ( $p < 0,05$ ). Data hasil penelitian ditampilkan dalam bentuk distribusi, frekuensi, serta rata-rata skor pengetahuan sebelum dan setelah pendidikan kesehatan diberikan.

## Hasil

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Demografi (n=115)**

| Karakteristik Demografi        | n          | %          |
|--------------------------------|------------|------------|
| <b>Usia</b>                    |            |            |
| ≤ 20 tahun                     | 34         | 29.6       |
| 21-30 tahun                    | 65         | 56.4       |
| > 30 tahun                     | 16         | 13.9       |
| <b>Jenis Kelamin</b>           |            |            |
| Laki-laki                      | 22         | 19.1       |
| Perempuan                      | 93         | 80.9       |
| <b>Asal Institusi</b>          |            |            |
| Akper Berkala Widya Husada     | 8          | 7          |
| Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya | 12         | 10.5       |
| STIKes Dharma Husada Bandung   | 29         | 25.3       |
| Universitas Padjadjaran        | 18         | 15.7       |
| Universitas Santo Borromeus    | 9          | 7.9        |
| Timor Leste                    | 4          | 3.5        |
| PSC 119 Kota Cirebon           | 3          | 2.6        |
| Lain-lain                      | 32         | 28.8       |
| <b>Total</b>                   | <b>115</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia antara 21-30 tahun (56.4%), 93 responden dengan jenis kelamin laki-laki (80.9%), dengan 29 responden asal institusi paling banyak berasal dari STIKes Dharma Husada Bandung (25.3%).

**Tabel 2. Hasil Skoring Pre Test dan Post Test Peserta Webinar (n=115)**

| Skor         | Pre Test |      | Post Test |      |
|--------------|----------|------|-----------|------|
|              | <i>f</i> | %    | <i>f</i>  | %    |
| 80-100       | 39       | 33.9 | 87        | 75.7 |
| 68-79        | 0        | 0    | 0         | 0    |
| <68          | 76       | 66.1 | 28        | 24.3 |
| <b>Total</b> | 115      | 100  | 115       | 100  |

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 76 orang (66.1%) mendapatkan skor pre test <68. Sedangkan, skor post test sebagian besar responden mendapatkan nilai 80-100 (75.7%).

**Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan (n=115)**

| Pengetahuan  | n   | Mean  | SD     |
|--------------|-----|-------|--------|
| Sebelum      | 115 | 59.30 | 26.215 |
| Sesudah      | 115 | 84.87 | 20.277 |
| <b>Total</b> | 115 |       |        |

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan nilai rata-rata dari jawaban responden adalah  $59.30 \pm 26.21$ . Sedangkan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan skor mean meningkat menjadi  $84.87 \pm 20.27$ .

**Tabel 4. Hasil Distribusi Frekuensi Indikator Soal Pre Test dan Post Test Peserta Webinar (n=115)**

| Indikator            | Pre Test |      |          |      | Post Test |      |          |      |
|----------------------|----------|------|----------|------|-----------|------|----------|------|
|                      | Benar    |      | Salah    |      | Benar     |      | Salah    |      |
|                      | <i>f</i> | %    | <i>f</i> | %    | <i>f</i>  | %    | <i>f</i> | %    |
| 1. Pengertian Sprain | 48       | 41.7 | 67       | 58.3 | 88        | 76.5 | 27       | 23.5 |
| 2. Penanganan        | 90       | 78.3 | 25       | 21.7 | 108       | 93.9 | 7        | 6.1  |
| 3. Area Dislokasi    | 49       | 42.6 | 66       | 57.4 | 94        | 81.7 | 21       | 18.3 |
| 4. Penyebab Strain   | 58       | 50.4 | 57       | 49.6 | 88        | 76.5 | 27       | 23.5 |
| 5. Pencegahan        | 96       | 83.5 | 19       | 16.5 | 110       | 95.7 | 5        | 4.3  |

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan hasil bahwa pada saat *pre test* mayoritas responden masih menjawab salah pada indikator pengertian sprain (58.3%), dan area dislokasi (57.4%). Namun, pada saat *pre test* sebanyak 90 responden (78.3%) responden sudah menjawab benar pada penanganan, penyebab strain (50.4%), dan pencegahan (83.5%). Sedangkan pada saat *post test* mayoritas responden menjawab dengan benar pada indikator pengertian sprain (76.5%), penanganan (93.9%), area dislokasi (81.7%), penyebab strain (76.5%), dan pencegahan (95.7%).

**Tabel 5. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang Kecelakaan Olahraga (n=115)**

| Pengetahuan | Mean  | SD     | p-value | n   |
|-------------|-------|--------|---------|-----|
| Sebelum     | 59.30 | 26.215 | <0,001  | 115 |
| Sesudah     | 84.87 | 20.277 |         |     |

Berdasarkan tabel 6 terdapat perbedaan pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Analisa bivariat dilakukan dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan  $p < 0,001$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat tentang kecelakaan olahraga.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan, sebanyak 76 orang (66,1%) responden mendapatkan skor pre-test di bawah 68. Setelah diberikan edukasi, mayoritas responden mencapai skor post-test antara 80-100 (75,7%). Pengetahuan mengenai penanganan kecelakaan olahraga sangat penting karena dapat meminimalisir dampak cedera yang lebih serius, mempercepat pemulihan, dan menciptakan lingkungan yang lebih aman bagi para atlet (Kusmiyati et al., 2022). Edukasi kesehatan yang baik memungkinkan pelatih, atlet, dan orang-orang di sekitar mereka untuk mengenali tanda-tanda cedera serius dan mengambil tindakan yang sesuai, yang dapat mengurangi biaya perawatan medis dan waktu pemulihan (Triyani & Ramdani, 2020). Selain itu, pengetahuan yang memadai dapat mengurangi kecemasan dan ketidakpastian saat menghadapi situasi darurat karena mereka memiliki keterampilan dan informasi yang dibutuhkan untuk mengatasi situasi tersebut dengan lebih percaya diri dan efektif. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam penanganan kecelakaan olahraga tidak hanya bermanfaat untuk pencegahan dan penanganan cedera tetapi juga dalam menciptakan lingkungan olahraga yang lebih aman dan responsive (Sutirta et al., 2023).

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penanganan kecelakaan olahraga. Sebelum intervensi, sebanyak 76 orang (66,1%) responden memiliki skor pre-test di bawah 68. Setelah intervensi, mayoritas responden (75,7%) mencapai skor post-test antara 80-100, menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 9,6%. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Tosounidis et al. (2019), yang melaporkan peningkatan pengetahuan dari 60% pada pre-test menjadi 70% pada post-test, atau peningkatan sebesar 10% (Candra et al., 2021). Meskipun peningkatan pengetahuan dalam penelitian saat ini sedikit lebih rendah (0,4%) dibandingkan dengan penelitian Tosounidis et al., hasil ini tetap mengkonfirmasi efektivitas program edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan tentang penanganan kecelakaan olahraga (Triyani & Ramdani, 2020). Kemudian, penelitian oleh sugiharto et al., (2023) juga melaporkan bahwa masyarakat umum yang mengikuti

pendidikan kesehatan secara daring mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan.

Hasil uji bivariat juga menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penanganan kecelakaan olahraga (dengan nilai  $p < 0,001$ ), sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan topik serupa. Penelitian oleh Sutirta et al. (2023) menunjukkan bahwa program pendidikan dan pelatihan yang terstruktur secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mencegah cedera olahraga. Penelitian lain juga menemukan bahwa edukasi kesehatan memiliki dampak positif terhadap pengetahuan tentang penanganan cedera psikologis terkait olahraga (Prastyawati, 2021). Kemudian, studi yang dilakukan oleh Sugiharto et al. (2023) juga melaporkan bahwa pendidikan kesehatan secara daring efektif untuk meningkatkan pengetahuan terkait terapi pijat swedia pada Masyarakat (Sugiharto et al., 2023). Oleh karena itu, studi ini menekankan pentingnya pendidikan yang komprehensif yang tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga psikologis dari penanganan cedera.

Cedera atau kecelakaan saat olahraga dapat terjadi kapan saja, dimana saja dan edukasi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan ataupun cedera olahraga penting diberikan dalam bentuk edukasi dan pelatihan kepada masyarakat. Hal ini sesuai anjuran dari *International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies* yang mengatakan bahwa mendedukasi pelatihan tindakan pertolongan pertama merupakan dasar untuk mempertahankan kehidupan, dan pertolongan pertama harus menjadi bagian integral dari pendekatan pembangunan yang lebih luas (Prastyawati & Nindya, 2022). Cedera yang terjadi harus mendapatkan pertolongan dan pengobatan sedini mungkin, agar para pemain olahraga tidak mengalami kesakitan yang lebih fatal dan dapat menimbulkan kecacatan, sehingga ia segera dapat mengikuti aktivitas fisik, berlatih dan bertanding kembali (Prastyawati & Nindya, 2022).

Pengetahuan terkait cedera olahraga sangat penting karena dapat membantu dalam pencegahan, penanganan, dan pemulihan cedera dengan lebih efektif. Pemahaman yang baik tentang cara menangani cedera olahraga, seperti teknik RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*) untuk cedera akut, dapat mengurangi rasa sakit, pembengkakan, dan risiko komplikasi lebih lanjut (Rofik & Kafrawi, 2022). Selain itu, pengetahuan ini memungkinkan pelatih, atlet, dan orang-orang di sekitar mereka untuk segera mengenali tanda-tanda cedera serius dan mengambil tindakan yang tepat, yang dapat mempercepat proses pemulihan dan mengurangi waktu yang hilang dari aktivitas olahraga. Edukasi kesehatan yang baik juga membantu dalam menciptakan lingkungan olahraga yang lebih aman, di mana semua pihak yang terlibat lebih sadar akan risiko dan cara pencegahannya (Fitriana et al., 2022).

Pengetahuan individu dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Salah satu faktor utama adalah tingkat pendidikan, di mana individu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki akses lebih baik terhadap informasi dan keterampilan analitis yang diperlukan untuk

memahami pengetahuan baru (Candra et al., 2021). Faktor lain yang signifikan adalah pengalaman pribadi dan paparan terhadap situasi tertentu; misalnya, individu yang sering terlibat dalam aktivitas olahraga cenderung lebih paham tentang penanganan cedera olahraga (Murtadho et al., 2023). Lingkungan sosial dan dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas juga berperan penting dalam pembentukan pengetahuan individu. Sumber informasi yang dapat diakses, seperti media massa, internet, dan program edukasi kesehatan, turut berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan (Prastyawati, 2021). Selain itu, faktor psikologis seperti motivasi dan minat individu dalam mempelajari suatu topik tertentu sangat mempengaruhi seberapa banyak dan seberapa efektif pengetahuan tersebut diperoleh dan diterapkan (Triyani & Ramdani, 2020).

Peran perawat dalam edukasi kesehatan terkait kecelakaan olahraga sangat penting dalam memberikan pemahaman yang tepat dan langkah-langkah preventif kepada masyarakat, khususnya atlet dan pelatih. Perawat berperan sebagai penghubung antara teori medis dan aplikasi praktis dalam lingkungan olahraga (Rosen et al., 2018). Mereka tidak hanya menyampaikan informasi tentang cara mengidentifikasi dan menangani cedera olahraga, tetapi juga melibatkan aspek pendidikan yang mendalam, seperti mempromosikan pola hidup sehat, memperkenalkan teknik pencegahan cedera, dan memfasilitasi rehabilitasi pasca-cedera (Shamlaye et al., 2020). Perawat dapat memulai dengan melakukan penilaian awal terhadap keadaan fisik dan kesehatan atlet untuk memahami risiko cedera yang mungkin mereka hadapi berdasarkan jenis olahraga dan tingkat aktivitas mereka (Rosen et al., 2018).

Peran perawat dalam pengembangan program edukasi yang disesuaikan untuk memperkenalkan teknik pencegahan dan strategi manajemen cedera kepada individu dan tim olahraga. Selama pelatihan, perawat dapat memberikan demonstrasi praktis tentang cara mengaplikasikan teknik-teknik tersebut, serta memberikan penjelasan mendalam mengenai pentingnya penggunaan peralatan pelindung dan tindakan pencegahan lainnya (O'Brien & Finch, 2017). Selain itu, peran perawat dalam edukasi kesehatan juga melibatkan dukungan emosional dan psikologis kepada atlet yang mengalami cedera (Shamlaye et al., 2020). Mereka dapat membantu mengelola kecemasan, kekhawatiran, dan ekspektasi yang terkait dengan proses pemulihan, serta memberikan informasi tentang tanda-tanda peringatan untuk mencari pertolongan medis lebih lanjut (Hausken-Sutter et al., 2023).

## **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai kecelakaan olahraga. Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan, nilai rata-rata pengetahuan responden adalah  $59.30 \pm 26.21$ . Namun, setelah diberikan pendidikan kesehatan, skor rata-rata meningkat menjadi  $84.87 \pm 20.27$ . Analisis bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan adanya perbedaan

signifikan secara statistik dengan nilai  $p < 0.001$ , yang lebih kecil dari  $\alpha = 0.05$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang kecelakaan olahraga. Program pendidikan kesehatan tentang kecelakaan olahraga perlu terus dilakukan dan diperluas jangkauannya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat secara umum. Selain itu, Materi pendidikan kesehatan harus terus diperbarui dan disesuaikan dengan perkembangan terbaru di bidang kesehatan olahraga untuk memastikan informasi yang diberikan selalu relevan dan akurat.

### Daftar Pustaka

- Afni, A. C. N., Rosida, N. A., & Saputro, S. D. (2023). Peningkatan Kesiapan Masyarakat Dalam Prehospital Care Kecelakaan Lalu Lintas Dengan Menerapkan Basic First Aid Guide. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(3), 655–662. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Baarveld, F., Visser, C. A. N., Kollen, B. J., & Backx, F. J. G. (2018). Sports-related injuries in primary health care. *Family Practice*, 28(1), 29–33. <https://doi.org/10.1093/fampra/cmz075>
- Baidwan, N. K., Gerberich, S. G., Kim, H., Ryan, A. D., Church, T. R., & Capistrant, B. (2018). A longitudinal study of work-related injuries: comparisons of health and work-related consequences between injured and uninjured aging United States adults. *Injury Epidemiology*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s40621-018-0166-7>
- Candra, O., Dupri, D., Gazali, N., Muspita, M., & Prasetyo, T. (2021). Penerapan Teknik Price Terhadap Penanganan Cedera Olahraga Pada Atlet Klub Bola Basket Mahameru Pekanbaru. *Community Education Engagement Journal*, 2(2 SE-Articles), 44–51. <https://doi.org/10.25299/ceej.v2i2.6490>
- Dipnall, J. F., Rivara, F. P., Lyons, R. A., Ameratunga, S., Brussoni, M., Lecky, F. E., Bradley, C., Beck, B., Lyons, J., Schneeberg, A., Harrison, J. E., & Gabbe, B. J. (2022). Predictors of health-related quality of life following injury in childhood and adolescence: a pooled analysis. *Injury Prevention*, 28(4), 301–310. <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2021-044309>
- Ekegren, C. L., Gabbe, B. J., & Finch, C. F. (2015). Injury surveillance in community sport: Can we obtain valid data from sports trainers? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 25(3), 315–322. <https://doi.org/10.1111/sms.12216>
- Ekegren, C. L., Gabbe, B. J., & Finch, C. F. (2016). Sports Injury Surveillance Systems: A Review of Methods and Data Quality. *Sports Medicine*, 46(1), 49–65. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0410-z>
- Fitriana, N. F., Munawaroh, N., Juwita, D. R., Suparti, S., & Ramdani, M. L. (2022). Tingkat Pengetahuan Pertolongan Pertama Penanganan Cedera Olahraga Badminton. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 355. <https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.600>
- Hausken-Sutter, S. E., Boije af Gennäs, K., Schubring, A., Grau, S., Jungmalm, J., & Barker-Ruchti, N. (2023). Interdisciplinary sport injury research and the integration of qualitative and quantitative data. *BMC Medical Research Methodology*, 23(1), 110. <https://doi.org/10.1186/s12874-023-01929-1>

- Kusmiyati, Dian Imam Saefulah, & Fahmi Wiram. (2022). Sosialisasi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) dan Cedera Olahraga Pada Guru-Guru Penjasorkes di Kec. Cimanggu Kab. Cilacap. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 2(2 SE-Articles), 252–263. <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v2i2.2993>
- Murtadho, S. M., Hidayat, W., Abidin, D., & Ridlo, A. F. (2023). Sosialisasi Penanganan Dan Pencegahan Cedera Dalam Olahraga. *An-Nizam*, 2(1), 84–90. <https://doi.org/10.33558/an-nizam.v2i1.6576>
- Nurhayati, A'isyah, U., Cahyani, & Aulia, N. (2023). Physiotherapy First Aid Training for Injured Athletes in the Field. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bestari*, 2(3), 259–268. <https://doi.org/10.55927/jpmb.v2i3.3239>
- O'Brien, J., & Finch, C. F. (2017). Injury prevention exercise programs for professional soccer: understanding the perceptions of the end-users. *Clin J Sport Med*, 27. <https://doi.org/10.1097/jsm.0000000000000291>
- Okta, R. P., & Hartono, S. (2020). Tingkat pengetahuan penanganan cedera olahraga pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(2), 101–108.
- Pasek, M. M., Gede Budi Widiarta, & G.Nur Widya Putra. (2022). Sosialisasi Tindakan Pertolongan Pertama Pada Kasus Cedera Olahraga (Sport Medicine) Para Pemain Sepak Bola di Desa Kubutambahan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa*, 1(2), 63–68. <https://doi.org/10.55927/jpmf.v1i2.563>
- Prastyawati, I. Y. (2021). Edukasi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Cedera Jaringan Lunak Pada Mgmp Pjok Sma/K Kota Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih (JPMK)*, 2(2), 59–63. <https://doi.org/10.52841/jpmk.v2i2.161>
- Prastyawati, I. Y., & Nindya, H. P. (2022). Pendidikan Kesehatan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3k) Cedera Sistem Otot Rangka pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, VIII, 176–180.
- Riset Dinas Kesehatan. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
- Rofik, M. N., & Kafrawi, F. R. (2022). Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Metode PRICES. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(02), 245–252.
- Rosen, P., Kottorp, A., Fridén, C., Frohm, A., & Heijne, A. (2018). Young, talented and injured: Injury perceptions, experiences and consequences in adolescent elite athletes. *Eur J Sport Sci*, 18. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1440009>
- Shamlaye, J., Tomšovský, L., & Fulcher, M. L. (2020). Attitudes, beliefs and factors influencing football coaches' adherence to the 11+ injury prevention programme. *BMJ Open Sport Exerc Med*, 6. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2020-000830>
- Sugiharto, F., Maniantunufus, Nursiswati, & Nugraha, B. A. (2023). PENINGKATAN KAPASITAS MASYARAKAT TERKAIT TERAPI PIJAT SWEDIA PADA PASIEN HIPERTENSI MELALUI MEDIA VIRTUAL. *[JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 6(1), 536–546. <https://developers.zoom.us/docs/api/rest/reference/zoom-api/methods/#overview%0Ahttp://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/19146%0Ahttp://repository.radenintan.ac.id/19146/1/COVER%2C%20BAB%201%2C%20BAB%202%2C%20DAPUS.pdf>

- Sutirta, H., Latulusi, A. A., & Jehambur, K. (2023). Sosialisasi tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) dan Cidera Olahraga pada Guru Pendidikan Jasmani Se-Kecamatan Wania. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7 SE-), 4980–4983. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.2390>
- Triyani, E., & Ramdani, M. L. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Dengan Metode Prices Pada Anggota Futsal. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, September*, 377–384.
- Twomey, D., Finch, C., Roediger, E., & Lloyd, D. G. (2009). Preventing lower limb injuries: is the latest evidence being translated into the football field? *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(4), 452–456. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2008.04.002>
- Unguryanu, T. N., Grjibovski, A. M., Trovik, T. A., Ytterstad, B., & Kudryavtsev, A. V. (2020). Mechanisms of accidental fall injuries and involved injury factors: A registry-based study. *Injury Epidemiology*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40621-020-0234-7>
- Widodo, D. S. (2017). Hubungan sikap dengan praktik masyarakat awam tentang prehispital care pasien trauma diner desa Widodaren kabupaten Pematang. *Journal Information*, 21, 13–33.
- Wijaya, I. M. K., Wahyuni, P. D. S., Setiawan, K. H., & Widiastuti, M. K. (2018). Olahraga Bagi Siswa dan Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Fakultas Kedokteran Undiksha*, 1–7.