

# PENGARUH EDUKASI PENANGANAN CIDERA SPRAIN DENGAN METODE SIMULASI PRICE TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA PESILAT DI PENCAK SILAT CEMPAKA PUTIH

**Adimas Joko Prasetyo<sup>1</sup>, Ida Nur Imamah,S.Kep.,Ns., M.Kep<sup>2</sup>**

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu kesehatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

[prasyaadimas8@gmail.com](mailto:prasyaadimas8@gmail.com)

[idanurimamah@aiska-university.ac.id](mailto:idanurimamah@aiska-university.ac.id)

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Pencak Silat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, mempertahankan, eksistensi (kemandirian) dan integritasnya (manunggal) terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa. Dibalik berbagai manfaatnya, aktivitas olahraga seperti pencak silat juga memiliki risiko, terutama jika dilakukan tanpa memperhatikan prinsip-prinsip kesehatan dan keselamatan. Cedera yang dianggap kecil mungkin akan berdampak besar dikemudian hari. Dalam banyak kasus, penanganan awal yang salah malah memperparah kondisi cedera. Pertolongan pertama dilakukan dengan memberikan perlakuan PRICE. Metode ini sangat mudah dilakukan tanpa harus menunggu tenaga medis datang. PRICE (*Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation*) bertujuan untuk mengontrol memar, nyeri, serta mengembalikan lingkup gerak sendi, sedangkan rehabilitasi fungsional membantu pasien agar dapat kembali beraktivitas dengan cepat dan mencegah terjadinya instabilitas kronis.

**Tujuan :** Untuk mengetahui Pengaruh pemberian edukasi penanganan cedera sprain dengan metode simulasi PRICE terhadap tingkat pengetahuan pada pesilat di pencak silat cempaka putih.

**Metode :** Jenis penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif, rancangan penelitian Pre-experimental one group pretest-posttest yang melibatkan 22 anggota pencak silat Cempaka Putih Sub. Suruh Tasikmadu dengan cara total sampling. Uji data menggunakan metode *Wilcoxon*. Skor tingkat pengetahuan PRICE dikategorikan menjadi 3 yaitu pengetahuan baik dengan skor 76-100%, pengetahuan cukup jika mendapatkan skor 60-75%, pengetahuan kurang jika mendapatkan skor <60%.

**Hasil :** P value < 0,001 “ berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan pertolongan pertama cedera menggunakan metode PRICE pada saat latihan pencak silat Cempaka Putih “ Hasil uji *Wilcoxon* negative rank 0, positive rank 22, ties 0.

**Kesimpulan :** Adanya pengaruh pemberian edukasi penanganan cedera sprain menggunakan metode PRICE terhadap tingkat pengetahuan pada pesilat di pencak silat cempaka putih.

**Kata Kunci :** Pencak silat, cedera, sprain ankle, metode PRICE