

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG CEDERA SAAT BERMAIN  
VOLI PADA ANGGOTA BOLA VOLI FAMILY DI KECAMATAN DAMPIT  
KABUPATEN MALANG**



**OLEH :**

**WILUDJENG DITA PRAMESWARI**

**NIM 19.1.177**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG CEDERA SAAT BERMAIN  
VOLI PADA ANGGOTA BOLA VOLI FAMILY DI KECAMATAN DAMPIT  
KABUPATEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya  
Keperawatan pada Prodi Keperawatan Intitut Teknologi Sains  
Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH :**  
**WILUDJENG DITA PRAMESWARI**  
**NIM 19.1.177**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wiludjeng Dita Prameswari

Tempat/Tanggal Lahir : Surabaya, 21 Januari 2001

NIM : 191177

Alamat : Jl. Gunung Jati Kampung Baru RT 02 RW 07  
Kecamatan Dampit Kabupaten Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika kemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 8 Juli 2022

Yang Menyatakan



Wiludjeng Dita Prameswari

19.1.177

## CURICULUM VITAE



Nama : Wiludjeng Dita Prameswari  
Tempat / Tanggal Lahir : Surabaya, 21 Januari 2001  
Alamat Rumah : Jl. Gunung Jati Kampung Baru RT 02 RW 07  
Kecamatan Dampit Kabupaten Malang  
NIM : 191177  
Jurusan : DIII Keperawatan  
Semester : VI (Genap)  
Agama : Islam  
Orang tua  
a. Ayah : Heru Prasetyo  
b. Ibu : Halimah  
Riwayat Pendidikan  
a. SD : SD Negeri 1 Dampit  
b. SMP : SMP Negeri 1 Dampit  
c. SMA : SMA Negeri 1 Dampit

## LEMBAR PERSEMBAHAN

**“Disetiap kesulitan pasti ada kemudahan”**

Kupersembahkan Karya Yang Sederhana Ini Kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya sehingga saya bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Ayah saya Heru Prasetyo, Ibu Halimah, serta keluarga saya yang telah memberikan dukungan dan mendoakan setiap waktu dan selalu memberikan dorongan moral maupun material dan selalu memotivasi dari awal hingga akhir.
3. Kedua pembimbing saya Ibu Ns. Hanim Mufarokhah, M.Kep dan Bapak Ns. Dion Kunto AP, M.Kep yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada saya sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Sahabat – sahabat saya yang selalu memberikan doa serta dukungan motivasi semangat dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh teman – teman satu angkatan khususnya kelas 3C Keperawatan yang selalu memberikan dukungan dan selalu mendoakan.

**LEMBAR PERSETUJUAN**

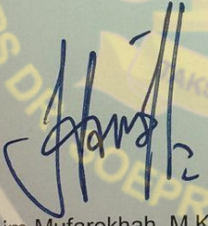
Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui untuk Diujikan  
Di Depan Tim Penguji

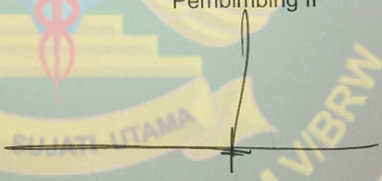
Tanggal, 8 Juli 2022

Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Ns. Hanim Mufarokhah, M.Kep



  
Ns. Dion Kunto AP, M.Kep

## LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian  
Sidang di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan  
Kesehatan Rs dr. Soepraoen

Tanggal, 8 Juli 2022

### TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Bayu Budi L, M.Kep	
Anggota : 1. Amin Zakaria, S.Kep., Ners M.Kes 2. Hanim Mufarokhah M.Kep	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

  
Ns. Riki Ristanto, M.Kep

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Tentang Cedera Saat Bermain Voli Pada Anggota Bola Voli Family Di Kecamatan Dampit Kabupaten Malang” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Rs dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Letnan Kolonel Ckm Arief Efendi, S.MPh., SH, S.Kep.,Ners, M.M, Kes selaku Rektor ITSK RS dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Ns. Riki Ristanto, M.Kep selaku Kaprodi Keperawatan ITSK Rs dr. Soepraoen Malang
3. Ibu Ns. Hanim Mufarokhah, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan hingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.



4. Bapak Ns. Dion Kunto A. P., M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bagi Orangtua saya yang telah berperan dalam memberikan support terbaik.
6. Bagi Bapak Wahyu Eko Prasetyo selaku ketua Club Voli Family yang telah memberikan persetujuan untuk melakukan penelitian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Bagi anggota club voli family terima kasih telah membantu saya untuk menyelesaikan penelitian ini.
8. Rekan rekan Mahasiswa Prodi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, Juli 2022

Peneliti

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	.....
Cover Dalam .....	ii
Lembar Pernyataan .....	iii
Curriculum Vitae .....	iv
Lembar Persembahan .....	v
Lembar Persetujuan .....	vi
Lembar Pengesahan .....	vii
Kata Pengantar .....	viii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Gambar .....	x
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Lampiran .....	xiv
Daftar Singkatan .....	xv
Abstrak .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	6
2.1 Konsep Pengetahuan .....	6
2.1.1 Pengertian Pengetahuan .....	6
2.1.2 Tingkat Pengetahuan .....	7
2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan .....	8
2.1.4 Proses “Tahu” .....	9
2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	10
2.1.6 Pengukuran Pengetahuan .....	11
2.2 Konsep Cedera .....	12
2.2.1 Pengertian Cedera .....	12
2.2.2 Macam-Macam Cedera .....	13
2.2.3 Faktor-Faktor Penyebab Cedera .....	16
2.2.4 Penanganan Cedera .....	18
2.2.5 Upaya Pencegahan Cedera .....	19
2.3 Kerangka Konsep .....	26
2.4 Deskripsi Kerangka Konsep .....	27
<b>BAB III TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	28
3.1 Desain Penelitian .....	28

3.2 Kerangka Kerja .....	29
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling .....	30
3.3.1 Populasi.....	30
3.3.2 Sampel .....	30
3.3.3 Sampling .....	30
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	30
3.4.1 Identifikasi Variabel .....	30
3.4.2 Definisi Operasional .....	30
3.5 Prosedur Pengumpulan Data.....	33
3.5.1 Proses Perijinan .....	33
3.5.2 Proses Pengumpulan Data .....	34
3.6 Pengolahan Data dan Analisa Data .....	35
3.6.1 Pengolahan Data .....	35
3.6.2 Analisa Data .....	37
3.7 Waktu dan Tempat Penelitian .....	38
3.8 Etika Penelitian .....	38
3.9 Keterbatsa Penelitian .....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>41</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	41
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	41
4.1.2 Data Umum .....	42
4.2 Pembahasan .....	44
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>48</b>
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Saran.....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>53</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	26
Gambar 3.1 Kerangka Kerja .....	29



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian .....	32
Tabel 4.1 Distribusi Data Umum Responden.....	42
Tabel 4.2 Data Khusus .....	43
Tabel 4.3 Tabulasi Silang .....	43



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian .....	53
Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian .....	54
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	55
Lampiran 4. Kisi – Kisi Kuisisioner.....	56
Lampiran 5. Lembar Kuisisioner Penelitian .....	58
Lampiran 6. Lembar Data Distribusi Frekuensi Responden.....	62
Lampiran 7. Lembar Surat Pengantar Penelitian .....	65
Lampiran 8. Lembar Surat Telah Melakukan Penelitian .....	66
Lampiran 9. Lembar Bukti Revisi Proposal .....	67
Lampiran 10. Lembar Konsultasi Pembimbing I.....	68
Lampiran 11. Lembar Konsultasi Pembimbing II.....	68
Lampiran 12. Lembar Bukti Revisi KTI.....	69
Lampiran 13. Lembar Dokumentasi Penelitian. ....	70



## DAFTAR SINGKATAN

ISS : *Injury Surveillance System*

PBVSI : Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia

RICE : Rest Ice Compression Elevation ( Rest : diistirahatkan, Ice : didinginkan, Compression : dibalut, Elevation : ditinggikan ).

WHO : *World Health Organisation*



## ABSTRAK

Prameswari, Wiludjeng Dita. 2022. **Gambaran Pengetahuan Tentang Cedera Saat Bermain Voli Pada Anggota Bola Voli Family Di Kecamatan Dampit Kabupaten Malang.** Karya Tulis Ilmiah. Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ns. Hanim Mufakrokhah, M.Kep., Pembimbing II Ns. Dion Kunto Adi Patria, M.Kep

Permainan bola voli adalah permainan yang cukup kompleks dan tidak mudah untuk dimainkan serta membutuhkan latihan khusus dan rutin untuk dapat menguasainya. Dalam olahraga bola voli kurangnya pengetahuan para atlet saat latihan maupun bertanding merupakan sikap yang tidak terkontrol sehingga dapat menyebabkan terjadinya cedera, kurangnya tanggung jawab terhadap keselamatan diri serta bersikap tidak peduli dan kurang mengetahui bahaya apabila sampai berkelanjutan. Penelitian ini bertujuan untuk gambaran pengetahuan tentang cedera saat bermain voli pada anggota bola voli family di Kecamatan Dampit Kabupaten Malang.

Desain penelitian ini menggunakan deskriptif. Populasi semua anggota bola voli pada club bola voli Family di Kecamatan Dampit Kabupaten Malang berjumlah 70 orang dengan teknik total sampling. Variabel yang diteliti adalah pengetahuan tentang cedera saat bermain voli. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data menggunakan analisis univariat. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1- 5 Juli 2022.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup dengan jumlah 39 responden (56%), hampir setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan baik dengan jumlah 22 responden (31%), dan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan jumlah 9 responden (13%). Beberapa kemungkinan terjadinya cedera disebabkan oleh jenis kelamin, usia, pendidikan, dan pernah mengalami cedera atau tidak.

Melihat penelitian ini perlu dilakukan penambahan informasi untuk memperluas wawasan anggota bola voli tentang cedera agar dapat meminimalisir terjadinya cedera pada saat bermain voli.

***Kata kunci : pengetahuan, cedera, bola voli***



## ABSTRACT

Prameswari, Wiludjeng Dita. 2022. **Description of Knowledge About Injury While Playing Volleyball in Family Volleyball Members in Dampit District, Malang Regency.** Scientific papers. Institute of Health and Science Technology RS dr. Soepraoen Malang. Advisor I Ns. Hanim Mufakrokah, M.Kep., Advisor II Ns. Dion Kunto Adi Patria, M.Kep

Volleyball game is a game that is quite complex and not easy to play and requires special and regular practice to be able to master it. In volleyball, the lack of knowledge of athletes during training and competition is an uncontrolled attitude so that it can lead to injury, lack of responsibility for personal safety and being indifferent and not knowing the dangers if it continues. This study aims to describe knowledge about injuries while playing volleyball on family volleyball members in Dampit District, Malang Regency.

The design of this research is descriptive. The population of all volleyball members at the Family volleyball club in Dampit District, Malang Regency is 70 people. The number of samples is 70 respondents. With total sampling technique. The variable studied was knowledge about injuries while playing volleyball. The research instrument used was a questionnaire. Data analysis used univariate analysis. This research was conducted on July 1-5, 2022.

The results showed that of the 70 respondents, most of the respondents had a sufficient level of knowledge with 39 respondents (56%), almost half of the respondents had a good level of knowledge with a total of 22 respondents (31%). , and a small proportion of respondents have a low level of knowledge with a total of 9 respondents (13%).

Seeing this research, it is necessary to add information to broaden the knowledge of volleyball members about injuries in order to minimize the occurrence of injuries when playing volleyball.

***Keywords: knowledge, injury, volleyball***