

PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN MAKE A MATCH TERHADAP KEMAMPUAN PERTOLONGAN PERTAMA CEDERA WARGA PENCAK SILAT PAGAR NUSA PAC TAWANGMANGU

Lina Dwi Ariyani¹⁾, Anissa Cindy Nurul Afni²⁾, Gatot Suparmanto³⁾

¹⁾Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

^{2).3)}Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
linadwi14@gmail.com

ABSTRAK

Cedera bisa terjadi di bagian tubuh seperti cedera pada ligamen (*sprain*), cedera pada otot/tendon (*strain*) dan memar. Usaha pertolongan pertama cedera memar, *strain* dan *sprain* sebelum penanganan lebih lanjut dengan tim medis dapat menggunakan metode *PRICE*. Pertolongan pertama cedera olahraga adalah salah satu keterampilan dan pengetahuan yang wajib diketahui oleh atlet olahraga seperti pencak silat. Untuk meningkatkan kemampuan dapat menggunakan metode *make a match*, yaitu pembelajaran dengan berdiskusi bersama melalui permainan mencari pasangan dengan dibantu kartu dengan individu lain mengenai suatu permasalahan atau topik.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Metode penelitian ini menggunakan *quasy eksperiment* dengan rancangan *pre and posttest without control*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik total sampling yaitu 48 responden namun sampai akhir penelitian jumlah sampel adalah 30 responden dikarenakan 18 responden masuk dalam kriteria eksklusi. Uji analisa data menggunakan *Uji Wilxocon*.

Hasil *pretest* pengetahuan dengan metode *make a match* mayoritas masuk dalam kategori cukup sejumlah 19 responden (63,3%), sedangkan untuk keterampilan mayoritas masuk dalam kategori kurang sejumlah 27 responden (90%). Peningkatan *posttest* pengetahuan dengan metode *make a match* mayoritas masuk dalam kategori baik sejumlah 27 responden (90%), sedangkan perubahan keterampilan mayoritas masuk dalam kategori baik sejumlah 23 responden (76,7%).

Kata Kunci: Metode Pembelajaran, *Make A Match*, Kemampuan, Pertolongan Pertama Cedera, Pencak Silat

ABSTRACT

Injuries occur in any body part such as ligaments (sprains), muscles/tendons (strains), and bruises. First aid efforts on bruises, muscles, and sprains before further treatment by the medical team could manage the PRICE method. First aid for sports injuries is one of the skills and knowledge that must be understood by sports athletes such as Pencak Silat. The make-a-match method is a game of learning by looking for partners through cards regarding a problem or topic.

The type of research was quantitative. This research method adopted a quasi-experimental design with pre and post-test without control. The sampling used a total sampling technique with 48 respondents. At the end of the study, the number of samples was 30 respondents because 18 respondents were in exclusion criteria. The data were analyzed using Wilcoxon Test.

The results of the make-a-match pretest on knowledge showed that 19 respondents (63.3%) were in the sufficient category. Meanwhile, the skills presented 27 respondents (90%) in the less category. The knowledge improvement in the post-test of the make-a-

match method displayed 27 respondents (90%) with good category. Meanwhile, the skills difference showed 23 respondents (76.7%) with good category.

Keywords: Learning Method, Make-A-Match, Ability, First Aid Injury, Pencak Silat.

PENDAHULUAN

Pencak silat merupakan cabang olahraga yang melibatkan kontak fisik yang diciptakan untuk mempertahankan diri dari bahaya yang menggunakan unsur pembelaan dan serangan, sehingga tidak sedikit para pesilat mengalami cedera pada saat bertanding maupun latihan. (Halbatullah et al, 2019). Nasri & Leni (2021) mengungkapkan bahwa cedera atau trauma adalah segala sesuatu dari peristiwa yang sudah terjadi, tentang jaringan tubuh yang secara datang tiba-tiba. Cedera bisa terjadi di bagian tubuh antara lain kulit berupa lecet, terkelupas, *sprain*, *strain*, *fraktur* dan cedera pada sendi. Berdasarkan analisis Aziz & George Mathew (2020) pada acara SUKMA Games XIX 2018 antar atlet Sabahan di Malaysia terdapat atlet pencak silat yang mengalami cedera sebesar 13%.

Berdasarkan data dari Yuliani (2020) saat Latihan mendapatkan data cedera lecet (30%), memar (45%), *dislokasi* (32%), *sprain* (37%), dan *strain* (27%). Berdasarkan data Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2018) presentase cedera akibat olahraga di negara Indonesia sebesar 9,2% dengan proporsi bagian tubuh yang terkena cedera anggota gerak bawah 67,9%. Berdasarkan Christoforidis et al (2018) kualitas penanganan cedera perlu diterapkan teknik yang sempurna yaitu, *planning* penanganan umum untuk cedera olahraga memakai teknik *PRICE* (*Protection, rest, ice, compression, elevation*).

Metode ini umumnya dilakukan pada memar, *sprain* dan *strain* (Damara & Rochmania, 2021) (Wijaya et al, 2019). Tetapi *PRICE* tidak boleh dilakukan pada cedera kram otot, patah tulang terbuka,

luka terbuka pada kulit, serta korban yang alergi dingin (Candra et al, 2021).

Dalam kegiatan bela diri pencak silat perlu dibekali pengetahuan tentang cara pencegahan cedera, penyebab terjadinya cedera dan keterampilan penanganan cedera olahraga saat di lapangan (Okta & Hartono, 2020). Informasi bisa didapatkan melalui metode pembelajaran yang dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari, dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, efektif sebagai sarana melatih keberanian siswa untuk tampil presentasi, dan adanya unsur permainan dalam metode ini menjadikan suasana lebih menyenangkan. Sehingga pembelajaran ini dapat menggunakan metode pembelajaran yaitu *Make A Match* (Budiyanto, 2016).

Menurut Zolekhah et al (2020) menjelaskan metode *Make A Match* adalah sistem pembelajaran dengan menanamkan kemampuan sosial terutama dalam bekerja sama untuk berdiskusi melalui permainan mencari pasangan dengan dibantu kartu dengan individu lain mengenai suatu permasalahan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 November 2021 dengan ketua dan warga pencak silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu, didapatkan data dalam 1 tahun terakhir dari 39 warga Pagar Nusa saat melakukan latihan mengalami cedera seperti *sprain* (12,8%), *strain* (5,1%), memar (17,9%), dan luka lecet (35,9%). Warga Pagar Nusa melakukan pertolongan pertama cedera dengan kompres es, menggunakan hotcream dan dibilas menggunakan air mengalir. Hal ini disebabkan karena sebelumnya atlet kurang mendapatkan pengetahuan dan

keterampilan dalam melakukan pertolongan pertama cedera.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengangakat masalah tersebut terkait penerapan metode pembelajaran *make a match* terhadap kemampuan pertolongan pertama cedera warga pencak silat pagar nusa PAC Tawangmangu. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui apakah penerapan metode pembelajaran *make a match* dapat meningkatkan kemampuan pertolongan pertama cedera warga pencak silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Tawangmangu pada bulan Maret 2022. Rancangan penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah *quasi experiment* dengan *pre and posttest without control*. pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu 48 orang namun sampai akhir penelitian jumlah sampel adalah 30 responden masuk dalam kriteria eksklusi. Sampel penelitian sebanyak 30 responden. Variabel independen kelompok intervensi pada penelitian ini adalah metode pembelajaran *make a match*.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *Standart Operating Prosedur (SOP) PRICE* dengan kategori baik skor 76%-100%, cukup skor 56%-75%, kurang skor <56%, dan lembar kuisisioner pengetahuan dengan kategori baik skor 76%-100%, cukup skor 56%-75%, dan kurang skor <55%. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan pretest menggunakan SOP *PRICE* dan kuisisioner pengetahuan, setelah selang waktu 1 hari dilakukan pretest diberikan intervensi dengan metode *make a match* yang dibagi menjadi 4 kelompok, setiap kelompok beranggotakan 8 orang dan 6 orang. Selang waktu 2 hari dilanjutkan posttest. Analisis pengaruh kemampuan pertolongan pertama cedera dengan

metode *make a match* menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia (n=30)

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
14	3	18 %
15	7	23,3 %
16	6	20 %
17	3	10 %
18	8	26,7 %
19	2	6,7 %
20	1	3,3 %

Berdasarkan table 1. dapat diketahui bahwa usia termuda pada penelitian ini adalah 14 tahun terdapat 3 orang. Usia 15 tahun ada 7 orang, usia 16 tahun ada 6 orang, usia 17 ada 3 orang, usia 18 ada 8 orang, usia 19 ada 2 orang, usia 20 ada 1 orang. Usia sangat mempengaruhi daya tangkap seseorang, semakin bertambahnya usia semakin berkembang daya tangkap dan pola berfikir seseorang (Safiah, 2018). Menurut Kementerian Kesehatan RI usia remaja terbagi menjadi 2 tahap yaitu remaja awal (usia 12-16 tahun), dan remaja akhir (17-25 tahun). Pada usia ini jaringan selain tulang, terus berkembang sampai tulang mencapai ukuran matang, khususnya bagi perkembangan jaringan otot.

Tabel 2. Distribusi karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin (n=30)

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa mayoritas jenis kelamin responden

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki – Laki	21	70%
Perempuan	9	30%
Jumlah	30	100%

penelitian ini adalah laki-laki. Laki-laki sebanyak 21 orang (70%) dan perempuan sebanyak 9 orang (30%). Menurut peneliti jenis kelamin perempuan dan laki - laki mempunyai perbedaan dalam hal bersikap menolong, hal itu dibuktikan

ketika responden mempraktikkan pertolongan pertama cedera memiliki rasa empati dan kepedulian tinggi, serta bersedia memberikan pertolongan secara sukarela. Sifat perempuan dalam perilaku menolong lebih tinggi, lebih teliti dan tekun dalam menyelesaikan tugas, namun dalam peningkatan kemampuan pertolongan pertama cedera baik dari laki-laki maupun perempuan, sama-sama mengalami peningkatan keterampilan dan pengetahuan.

Tabel 3. Distribusi karakteristik responden berdasarkan Pendidikan (n=30)

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SMK	20	66,7%
SMP	10	33,3%
Jumlah	30	100%

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa responden dengan Pendidikan dijenjang SMK sebanyak 20 orang (66,7%) dan dijenjang SMP sebanyak 10 orang (33,3%). Tingkat pendidikan SMP dan SMK memasuki masa remaja dimana konsep diri terbentuk dan membentuk pola pikir serta perkembangan kognitif pada diri seseorang (Saputri et al., 2020). Hal ini diperkuat oleh Safiah (2018) Pendidikan berpengaruh pada penerimaan informasi yang menjadi pengetahuan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah memahami suatu pengetahuan (Triyani Evi & Ramdani, 2020).

Menurut peneliti, pendidikan seseorang berpengaruh terhadap proses pemahaman dan penerimaan informasi yang diberikan dan tidak hanya berasal dari media massa, tetapi bisa didapatkan dari pendidikan formal ataupun non formal, hal ini bisa memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan terhadap pengetahuan maupun keterampilan. Dibuktikan dengan pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *make a match* dapat dimengerti dengan baik oleh tingkat pendidikan SMP maupun SMK. Dari sini

informasi berubah menjadi pengetahuan dan diterapkan menjadi keterampilan.

Tabel 4. Perubahan Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Warga Pencak Silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Make A Match* (n=30)

	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Pre test	Baik	10	33,3%
	Cukup	19	63,3%
	Kurang	1	3,3%
	Total	30	100%
Post test	Baik	27	90%
	Cukup	3	10%
	Kurang	0	0
	Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4. dapat diketahui bahwa *pretest* tingkat pengetahuan mayoritas masuk dalam kategori cukup terdapat 19 responden (63,3%), baik terdapat 10 responden (33,3%), kurang terdapat 1 responden (3,3%). Sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *make a match* mengalami pengurangan, kategori cukup menjadi 3 responden (10%), baik menjadi 27 responden (90%), dan yang kurang 0 responden (0%). Menurut kamus terbitan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui, misalnya kepandaian, atau segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal, contohnya mata pelajaran (Ridwan et al, 2021).

Pengetahuan merupakan hasil dari kegiatan untuk mengetahui sesuatu obyek, berupa suatu hal atau peristiwa yang dialami subyek (Paulus Wahana, 2016). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurul & Silvy (2019) tentang efektifitas keterampilan remaja sebagai *bystander CPR* mendapatkan nilai minimal sebelum diberikan demonstrasi adalah 15 sedangkan nilai maksimal adalah 30. Nilai rata-rata yang diperoleh

responden adalah 22,83. Nilai rata-rata setelah demonstrasi adalah 88,67 dengan nilai minimum 70 dan maksimum 100. Sedangkan nilai rata-rata 2 minggu setelah demonstrasi adalah 83,67 dengan nilai minimum 65 dan nilai maksimum 100, 4 minggu setelah demonstrasi, nilai rata-rata diketahui 80,00 dengan nilai minimum 65 dan nilai maksimum 95.

Tabel 5. Perubahan Keterampilan Pertolongan Pertama Cedera Warga Pencak Silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Make A Match*

	Tingkat Keterampilan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
<i>Pre test</i>	Baik	2	6,7%
	Cukup	1	3,3%
	Kurang	27	90%
	Total	30	100%
<i>Post test</i>	Baik	23	76,7%
	Cukup	7	23,3%
	Kurang	0	0
	Total	30	100%

Berdasarkan tabel 5. dapat diketahui bahwa *pretest* tingkat keterampilan mayoritas masuk dalam kategori kurang terdapat 27 responden (90%), baik terdapat 2 responden (6,7%), cukup terdapat 1 responden (3,3%). Sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *make a match* mengalami pengurangan, kategori cukup menjadi 7 responden (23,3%), baik menjadi 23 responden (76,7%), dan yang kurang 0 responden (0%).

Berdasarkan penelitian Pasaribu (2021) keterampilan dapat diartikan sebagai ilmu yang dapat menambah pengetahuan serta dapat dikembangkan melalui sebuah kegiatan. faktor yang mempengaruhi keterampilan seseorang dalam melakukan sebuah tindakan salah satunya karena pengetahuan yang mencakup segenap apa yang diketahui tentang objek tertentu dan disimpan

dalam ingatan (Triyani Evi & Ramdani, 2020).

Hal ini juga diperkuat dari penelitian Syamsuddin et al (2021) tentang pemberian pelatihan *RICE* terhadap keterampilan penanganan cedera *strain* mendapatkan hasil keterampilan penanganan cedera *strain* pada atlet pencak silat sebelum diberikan pelatihan *RICE* sebelum diberikan pelatihan masuk dalam kategori terampil sebanyak 2 responden (6,7%) dan setelah diberikan pelatihan kategori terampil sebanyak 5 responden (16,7%). Dalam kategori cukup terampil terdapat 4 responden (13,3%) dan sesudah diberikan pelatihan menjadi 17 responden (56,7%). Dan kategori kurang terampil sebanyak 24 responden (80%) dan sesudah diberikan pelatihan menjadi 8 responden (26,70%).

Tabel 6. Uji *Wilcoxon* Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Make A Match* Terhadap Perubahan Pengetahuan Pertolongan Pertama Cedera Warga Pencak Silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu

Variable	P Value
<i>Pre test</i>	0,000
<i>Post test</i>	0,000

Berdasarkan Uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa *pretest* dan *posttest* pengetahuan dengan nilai *p value* = 0,000 (*p value* < 0,05) dimana dalam penelitian ini kesalahan dibawah 5% atau tidak ada kesalahan perhitungan dalam perhitungan statistika, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran *make a match* dapat mempengaruhi pengetahuan pertolongan pertama cedera warga pencak silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu.

Pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode *make a match* dengan media leaflet dapat memberikan minat baca seseorang dikarenakan leaflet yang dibuat memiliki daya tarik dari segi penampilan, warna, dan gambar yang disajikan, sehingga dapat membantu meningkatkan pengetahuan. Dan metode

make a match dalam proses penyampaiannya yang menggunakan unsur permainan sehingga menjadikan kualitas informasi dapat diterima dengan baik juga dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. (Putri, 2019).

Tabel 4.7 Uji *Wilcoxon* Perubahan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Make A Match* Terhadap Perubahan Keterampilan Pertolongan Pertama Cedera Warga Pencak Silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu

Variable	P Value
Pre test	0,000
Post test	0,000

Berdasarkan Uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa *pretest* dan *posttest* keterampilan dengan nilai *p value* = 0,000 (*p value* < 0,05) dimana dalam penelitian ini kesalahan dibawah 5% atau tidak ada kesalahan perhitungan dalam perhitungan statistika, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran *make a match* dapat mempengaruhi keterampilan pertolongan pertama cedera warga pencak silat Pagar Nusa PAC Tawangmangu.

Metode pembelajaran *make a match* merupakan model pembelajaran *cooperative learning* yang bertujuan agar para siswa dapat berperan aktif dalam proses pembelajaran yang menyenangkan dan berdiskusi dengan individu lain mengenai suatu permasalahan (Aini et al., 2016). Dengan adanya proses diskusi tersebut, terjadi proses komunikasi persuasif yang bertujuan untuk mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku seseorang (Hayati et al., 2016).

Stimulus yang diberikan pada individu dapat diterima atau ditolak. Jika stimulus yang diberikan diterima, maka stimulus efektif dan dapat mempengaruhi perhatian individu. Kemudian, stimulus ini akan dilanjutkan pada proses pengolahan stimulus. Setelah stimulus diolah, terjadi kesiapan untuk bertindak

melakukan suatu tindakan seperti melakukan tindakan pertolongan pertama cedera (Putri, 2019).

Peneliti berpendapat dengan adanya mendemonstrasikan atau mengaplikasikan pertolongan pertama cedera merupakan cara yang efektif, maka hal tersebut berkontribusi 90% terhadap pemahaman daya ingat dan penerimaan informasi yang sudah diberikan. Apalagi didukung dengan pemateri yang sudah kompeten bergerak dibidang kegawatdaruratan dan mempunyai sertifikat *level basic* serta peralatan yang lengkap, mudah didapat, dan murah.

KESIMPULAN

1. Karakteristik responden yang berusia 14 tahun terdapat 3 orang. Usia 15 tahun ada 7 orang, usia 16 tahun ada 6 orang, usia 17 ada 3 orang, usia 18 ada 8 orang, usia 19 ada 2 orang, usia 20 ada 1 orang, dengan jenis kelamin lebih mendominasi laki-laki sebanyak 21 orang (70%) dan perempuan 9 orang (30%) dan sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMK yaitu sebanyak 20 responden (66,7%) dan 10 responden tingkat pendidikannya SMP (33,3%).
2. Dari hasil penelitian *pretest* dan *posttest* menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *make a match* terhadap kemampuan pertolongan pertama cedera warga pencak silat pagar nusa PAC Tawangmangu dikarenakan peneliti menggunakan metode *make a match* yang efektif dan mudah dimengerti, menggunakan media leaflet yang sangat menarik minat baca warga pagar nusa, serta melakukan

demonstrasi yang dapat menambah *skill*.

SARAN

1. Bagi Warga Pencak Silat
Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan warga pencak silat dalam hal pertolongan pertama cedera.
2. Bagi Tempat Penelitian
Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan pertolongan pertama cedera, sehingga menjadi pelopor untuk masyarakat lainnya.
3. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah Pustaka, terutama terkait dengan pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *make a match*.
4. Bagi Perawat
Diharapkan dapat menjadi satu sumber informasi untuk dipraktikkan oleh tim kesehatan keperawatan dalam melakukan pembelajaran pertolongan pertama cedera baik di rumah sakit maupun di masyarakat.
5. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk peneliti selanjutnya dengan metode dan sasaran yang berbeda. Apabila menggunakan metode yang sama, sebaiknya dalam permainan *make a match* dapat diulang-ulang sampai semua responden mendapatkan soal yang sudah disiapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., Hidayah, W., & Indriayu, M. (2016). The Implementation of Cooperative Learning by Using Jigsaw and Make a Match Method to Improve the Activity and Learning Outcomes of Social Science. *Proceeding The 2nd International Conference On Teacher Training and Education* Sebelas Maret University, 2(1), 284–289.
- Aziz, M. A., & George Mathew, M. (2020). Incidence of injuries and illnesses among Sabah athletes during SUKMA XIX 2018. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 9(1), 89–101. <https://doi.org/10.15282/mohe.v9i1.404>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Budiyanto, M. A. K. (2016). *Sintak 45 Model Pembelajaran dalam Student Centerd Learning (SCL)*.
- Candra, O., Durpri, Gazali, N., Muspita, & Prasetyo, T. (2021). Penerapan Teknik Price Terhadap Penanganan Cedera Olahraga Pada Atlet Klub Bola Basket Mahameru Pekanbaru. *Community Education Engagement Journal*, 2(2), 44–51.
- Christoforidis, C., Lepetsos, P., Papadakis, S., Gketsos, A., Balfousias, T., & Macheras, G. (2018). Acute compartment syndrome of the foot after an ankle sprain: a case report. *Journal of Research and Practice on the Musculoskeletal System*, 02(02), 67–71. <https://doi.org/10.22540/jrpms-02-067>
- Damara, Y. A., & Rochmania, A. (2021). Tingkat Pengetahuan Pelatih Sepakbola Lisensi D terhadap Cedera Olahraga. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 04(7), 46–52. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/40544>
- Hayati, E., Purba, A., & Asfriyati. (2016). *Pengaruh Komunikasi Persuasif Bidan Terhadap Pengetahuan Dan Ssikap Ibu Tentang Pemberian MP- Asi Di Desa Pasar Maga Kecamatan*

- Lembah Sorik Merapi Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2016.*
- Kholil Halbatullah, I.K. Budaya Astra, I. G. S. (2019). Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Tingkat Pemula dalam Pembelajaran Pencak Silat. *Jurnal Penjakora*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v6i1.17713>
- Nasri, N., & Leni, A. S. M. (2021). Pengetahuan Siswa Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas Sederajat Kota Surakarta Tentang Pencegahan, Perawatan, Dan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga. *Jurnal MensSana*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.24036/menssana.06012021.13>
- Nurul, A. A. C., & Silvy, I. M. (2019). Biotika, 2(27), April 2019. *The Effectiveness Of Demonstration Methods On The Skills Of Adolescents As Bystander CPR*, 2(April), 3–8.
- Okta, R. P., & Hartono, S. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(2), 101–108.
- Pasaribu, G. (2021). *Pengaruh Knowledge Management, Skills, Ability Dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan Bagian Produksi Pada PT. Mitra Beton Mandiri Pekanbaru* (Vol. 4, Issue 1).
- Paulus Wahana. (2016). Filsafat Ilmu Pengetahuan. In *Pustaka Diamond* (Vol. 211, Issue 9). [https://repository.usd.ac.id/7333/1/3.Filsafat Ilmu Pengetahuan \(B-3\).pdf](https://repository.usd.ac.id/7333/1/3.Filsafat%20Ilmu%20Pengetahuan%20(B-3).pdf)
- Putri, L. B. (2019). Pendidikan Kesehatan Metode Jigsaw Dan Make A Match Dalam Meningkatkan Perilaku Pencegahan Fluor Albus Pada Remaja Pondok Pesantren. In *Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya.*
- Ridwan, M., Syukri, A., & Pengetahuan, I. (2021). *Studi analisis tentang makna pengetahuan dan ilmu pengetahuan serta jenis dan sumbernya.* 04(01), 31–54.
- Safiah, L. J. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Activities Daily Living (ADL) Pada Lansia.*
- Saputri, E. R., Agustin, W. R., & Kanita, M. W. (2020). *Cedera Sprain Pada Atlet Pencak Silat Di the Effect of Giving Price Training With Simulation Methods Toward Sprain Injury Treatment Skills.* 59, 1–11.
- Syamsuddin, W. N., Sari, F. S., & Mardiyah, S. (2021). *Pengaruh Pemberian Pelatihan RICE Terhadap Keterampilan Penanganan Cedera Strain Pada Atlet Pencak Silat Di Sragen.* 002.
- Triyani Evi, & 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.
- Wijaya, I. M. K., Wahyuni, P. D. S., Setiawan, K. H., & Giri, M. K. W. (2019). Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Bagi Siswa dan Guru Sekolah Dasar Kecamatan Negara. *Senadimas*, 488–495.
- Yuliani, S. D. (2020). Manajemen Cedera Olahraga Atlet Pekan Olahraga Provinsi IPSI Kota Pontianak Tahun 2018. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 9(1), 1–9.
- Zolekhah, D., Shanti, E. F. A., & Barokah, L. (2020). Efektivitas Pelatihan Kader Posyandu Dalam Penggunaan Buku KIA Dengan

Metode Make a Match. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 9–14.
<https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1>.
42