

EDUKASI DEMONSTRASI VIDEO ANIMASI TERHADAP KEMAMPUAN PSIKOMOTOR *FIRST AID ANKLE SPRAIN* PADA KOMUNITAS SEPAK BOLA DI DESA MEKIKIS

Didit Damayanti ^{1*}, Widyasih Sunaringtyas ², Eka Septiani ³

¹ Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, rafi.akmalwidiputra@gmail.com, 085640259584

² Program Studi D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, sihwidya123@gmail.com, 081252902726

³ Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, septianieka77@gmail.com, 081615204628

Abstrak

Aktivitas olahraga memiliki resiko cedera dan menjadi kasus yang paling sering dijumpai. *Ankle sprain* merupakan salah satu cedera akut pada sistem *musculoskeletal* yang sering dialami para remaja saat mereka bermain atau saat melakukan aktivitas olahraga. Penanganan awal cedera *ankle sprain* yang kurang tepat menyebabkan terganggunya fungsi *ankle* dan dapat menunda waktu pemulihan. Pertolongan pertama pada *ankle sprain* menggunakan metode *Rest, Ice, Compression and Elevation (RICE)*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode edukasi demonstrasi video animasi tentang *first aid ankle sprain* pada komunitas sepak bola di Desa Mekikis. Penelitian ini menggunakan *Pra Experimental* dengan rancangan pendekatan *one group pretest – posttest design*. Populasi 70 responden dengan menggunakan *Purposive Sampling* dengan besar sampel 23 responden. Dilakukan selama 30 menit dan dua kali pemberian intervensi. Hasil penelitian menunjukkan hasil *pre-test* seluruh responden berada dalam kategori kurang. Hasil *post-test* sebagian besar berada dalam kategori baik. Hasil analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon signed rank test* *P value* $0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh edukasi demonstrasi video animasi terhadap kemampuan *first aid ankle sprain* pada komunitas sepak bola di Desa Mekikis. Peneliti berpendapat bahwa pemberian materi menggunakan metode EDEVIA efektif dalam meningkatkan kemampuan psikomotorik *first aid ankle sprain* pada anggota komunitas sepak bola karena menggunakan media demonstrasi video animasi yang menggunakan dua indra sekaligus yaitu pendengaran dan penglihatan, sehingga mudah dipahami dan lebih menarik. Faktor yang mempengaruhi peningkatan skor kemampuan adalah faktor usia, pendidikan, pengalaman dan informasi. Sebaiknya anggota komunitas sepak bola mampu mengaplikasikan secara mandiri jika menemui kasus *ankle sprain*.

Kata kunci : *First aid ankle sprain*, Edukasi demonstrasi video animasi

Abstract

Sports activities have a risk of injury and are the most common cases. Ankle sprain is one of the acute injuries to the musculoskeletal system that is often experienced by teenagers when they play or during sports activities. Inappropriate early management of ankle sprain injuries causes disruption of ankle function and can delay recovery time. First aid for ankle sprains uses the Rest, Ice, Compression and Elevation (RICE) method. The purpose of this study was to determine the effect of the video animation demonstration educational method on first aid ankle sprains on the soccer community in Mekikis Village. This study used a pre-experimental design with a one-group pre-test-post-test design approach. The population of 70 respondents used purposive sampling with a sample size of 23 respondents. Performed for 30 minutes and two times the intervention. The results showed that the pre test results of all respondents were in the less category. Most of the post test results were in the good category. The results of data analysis used the Wilcoxon signed rank test P value $0.000 < 0.05$, which means that there is an influence of educational video animation demonstration on the ability of first aid ankle sprains in the soccer community in Mekiki Village. The researcher believes that giving material using the EDEVIA method is effective in improving the psychomotor abilities of first aid ankle sprains in members of the soccer community because it uses animated video demonstration media that uses two senses at once, namely hearing and sight, so it is easy to understand and more interesting. Factors that affect the increase in ability scores are age, education, experience and information. It is better if members of the soccer community are able to apply independently if they encounter a case of ankle sprain.

Keywords: *First aid ankle sprain, educational demonstration video animation*

PENDAHULUAN

Setiap hari manusia melakukan aktivitas fisik yang melibatkan berbagai gerakan tubuh untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Menurut *World Health Organization (WHO, 2018)* aktivitas fisik didefinisikan sebagai suatu gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka dengan membutuhkan pengeluaran energi. Kamus Besar Bahasa Indonesia Online (2017) mendefinisikan bahwa olahraga merupakan gerakan badan untuk menguatkan dan menyehatkan tubuh. Aktivitas olahraga memiliki resiko cedera dan menjadi kasus yang paling sering dijumpai (Kumaini, 2012). Aktivitas olahraga memerlukan perubahan arah posisi tubuh yang mampu menyebabkan ketidakstabilan pada system *musculoskeletal*. Kondisi itu dapat meningkatkan resiko cedera olahraga pada ekstremitas bawah. Kaki adalah salah satu bagian anggota gerak tubuh yang sering digunakan dalam aktivitas sehari-hari, dikarenakan fungsi kaki sebagai penyangga tubuh manusia.

Apabila fungsi kaki terjadi gangguan atau disfungsi yang menyebabkan terhambatnya aktivitas sehari-hari seperti dalam lingkup pekerjaan sehingga mampu menurunkan produktifitas seseorang. Salah satu gangguan maupun penyakit pada kaki adalah *ankle sprain*. *Ankle sprain* atau biasa disebut keseleo pergelangan kaki merupakan salah satu cedera akut pada sistem *musculoskeletal* yang sering dialami para remaja saat mereka bermain atau saat melakukan aktivitas olahraga. Cedera tersebut masuk kedalam cedera akut pada sistem *muskuloskeletal*.

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar 2018 prevalensi cidera menurut karakteristik paling banyak disekolah pada siswa

sebesar 13%, pada buruh 10,1%, pegawai swasta 9,4%, dan TNI/Polri 6,4%. Berdasarkan kelompok umur yang mempunyai proporsi tertinggi yaitu umur 15-24 tahun sebanyak 12,2%. Berdasarkan jenis kelamin yang paling tinggi yaitu laki laki sebanyak 11% dibandingkan dengan perempuan 7,4%. Menurut epidemiologi tentang *ankle sprain* di antara berbagai populasi dan berbagai sumber data menunjukkan bahwa secara seluruhan kejadian *ankle sprain* lebih tinggi perempuan daripada laki laki yaitu 13,6 : 6,9 per 1000 *eksposur* (Herzog *et al.*, 2019). Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 Januari 2022 didapatkan jumlah anggota komunitas sepak bola sebanyak 70 orang. Lalu peneliti melakukan wawancara kepada anggota komunitas tersebut didapatkan sebagian besar dari 10 responden terdapat 7 responden pernah mengalami *ankle sprain*.

Penanganan awal cedera *ankle sprain* yang kurang tepat menyebabkan terganggunya fungsi pegelangan kaki dan dapat menunda waktu pemulihan cedera tersebut. Perlunya edukasi terutama remaja tentang cara penanganan pertolongan pertama cedera keseleo pergelangan kaki. Pertolongan pertama pada *ankle sprain* menurut Thygerson (2017) menggunakan metode *Rest, Ice, Compression and Elevation (RICE)*. Peningkatan pengetahuan penolong sangat penting karena pada saat tertentu setiap orang harus memutuskan apakah akan membantu orang lain.

Untuk mengurangi resiko cedera keseleo atau *ankle sprain* salah satunya yaitu dengan edukasi. Edukasi merupakan suatu konsep praktik pendidikan di dalam bidang kesehatan untuk upaya yang ditujukan untuk mempengaruhi

orang lain, baik individu, kelompok, keluarga dan masyarakat dengan faktor budaya setempat, sehingga diharapkan mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Notoadmojo, 2012). Dalam melaksanakan edukasi diperlukan beberapa metode dan media. Edukasi menggunakan metode demonstrasi mengajar dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan yang baik secara langsung maupun tidak langsung, dengan melalui penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan atau materi yang sedang disajikan. Metode penyuluhan sebenarnya tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap yaitu membantu pemberi informasi untuk pengingat, namun media mempunyai fungsi yaitu memiliki kekuatan untuk menarik perhatian. Media diartikan sebagai segala bentuk atau saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan dan informasi (Sapriyah, 2019).

Dengan menggunakan media video dapat menambah minat siswa dalam belajar karena siswa dapat menyimak sekaligus melihat gambar (Aini dkk, 2013). Dalam suatu penelitian disebutkan bahwa pentingnya animasi sebagai media pembelajaran adalah memiliki kemampuan untuk memaparkan suatu yang rumit atau kompleks serta sulit dijelaskan dengan hanya gambar atau kata-kata saja. Dengan kemampuan ini maka media animasi pembelajaran dapat digunakan untuk menjelaskan materi secara nyata tidak gampang dijawab oleh sekilas saja. Video animasi termasuk kedalam jenis media audio visual yang terdapat gerakan, gambar dan suara. Animasi memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan serta memberikan stimulus yang lebih besar

dibandingkan membaca buku teks (Wahyu, 2015). Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh EDEVIA (Edukasi Demonstrasi Video Animasi) terhadap Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* Pada Komunitas Sepak Bola di Desa Mekikis” dengan menggunakan desain rancang, yaitu dengan menggunakan media video animasi. Penelitian ini akan melihat pengaruh edukasi video animasi terhadap pengetahuan masyarakat mengenai pertolongan pertama pada keseleo pergelangan kaki.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *pra experimental* dengan rancangan / pendekatan *one group pretest –posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah anggota komunitas sepak bola di Desa Mekikis yang berdasarkan kriteria inklusi sebanyak 23 responden. Teknik sampling dari penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi, dimana sebelum diberikan intervensi peserta diminta untuk mendemonstrasikan / memperagakan ulang untuk dinilai dilembar observasi *pre-test* lalu selanjutnya responden diberikan intervensi, setelah diberikan intervensi lalu dilakukan *post-test* dengan mempergakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyajian data umum ini meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan, ada anggota keluarga yang pernah mengalami ankle sprain, pernah mengalami ankle sprain, pelatihan pertolongan pertama pada ankle sprain.

Tabel: Data Umum Responden

Kategori	F	%
1 Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	47,8
Perempuan	12	52,2
Total	23	100
2 Usia		
15-16 Tahun	9	39,1
17-18 Tahun	14	60,9
Total	23	100
3 Pendidikan		
SMA/Sederajat	23	100
Total	23	100
4 Anggota keluarga yang pernah mengalami ankle sprain		
Tidak pernah	14	60,9
Pernah	9	39,1
Total	23	100
5 Pernah mengalami ankle sprain		
Tidak pernah	10	43,5
Pernah	13	56,5
Total	23	100
6 Pelatihan pertolongan pertama pada ankle sprain		
Tidak pernah	23	100
Pernah	-	-
Total	23	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan data sebagian besar (52,2%) sejumlah 12 responden berjenis kelamin perempuan, sebagian besar (60,9%) sejumlah 14 responden berusia 17-18 tahun, keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden berpendidikan SMA / sederajat, sebagian besar (60,9%) sejumlah 14 responden tidak ada anggota keluarga yang pernah mengalami ankle sprain, sebagian besar (56,5%) sejumlah 13 responden pernah mengalami ankle sprain, dan keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden tidak pernah mendapatkan pelatihan pertolongan pertama pada ankle sprain.

Tabel: Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* Pada Komunitas Sepak Bola Di Desa Mekikis Sebelum Diberikan Metode EDEVIA Tahun 2022

Kemampuan	F	%
Baik	0	0
Cukup	0	0
Kurang	23	100
Total	23	100
Mean	6.43	

Berdasarkan tabel hasil penelitian menunjukkan keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden sebelum diberikan intervensi EDEVIA memiliki kemampuan Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori kurang.

Tabel: Kategori Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* Pada Komunitas Sepak Bola Di Desa Mekikis sesudah diberikan metode EDEVIA Tahun 2022

Kemampuan	F	%
Baik	12	52,2
Cukup	11	47,8
Kurang	0	0
Total	23	100
Mean	15.48	

Berdasarkan tabel hasil penelitian menunjukkan sebagian besar (52,2%) sejumlah 12 responden sesudah diberikan EDEVIA memiliki kemampuan psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori baik.

Tabel : Analisis Pengaruh EDEVIA Terhadap Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* Pada Komunitas Sepak Bola Di Desa Mekikis Tahun 2022

Kemampuan	Pre test		Post test	
	F	%	F	%
Baik	0	0	12	52,2
Cukup	0	0	11	47,8
Kurang	23	100	0	0
Jumlah	23	100	23	100
Mean	6,43		15,48	
Uji Wilcoxon signed rank test P value 0,000 <a = 0,05				

Berdasarkan tabel 5.4 hasil penelitian menunjukkan keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden sebelum diberikan intervensi EDEVIA memiliki kemampuan Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori kurang sedangkan sebagian besar (52,2%) sejumlah 12 responden sesudah diberikan EDEVIA memiliki kemampuan psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori baik. Hasil mean pretest yaitu 6,43 dan posttest yaitu 15,48 sehingga

mengalami peningkatan 9,05. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon signed rank test* P value $0,000 < \alpha = 0,05$ artinya ada Pengaruh EDEVIA Terhadap Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* Pada Komunitas Sepak Bola Di Desa Mekikis Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 5.2 hasil penelitian menunjukkan keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden sebelum diberikan intervensi EDEVIA memiliki kemampuan Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori kurang dengan mean 6,43.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar (56,5%) sejumlah 13 responden pernah mengalami *ankle sprain*. Pada penelitian ini pemain sepak bola setelah diberikan kuesioner *pretest* sebelum diberikan intervensi menunjukkan keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden memiliki kemampuan psikomotorik dalam kategori kurang. Hasil penelitian tersebut dikarenakan seluruh responden (100%) belum mendapatkan pelatihan terkait pertolongan pertama cedera *ankle sprain*. Sehingga menurut peneliti perlunya pendidikan kesehatan terkait pertolongan pertama pada *ankle sprain*.

Hasil penelitian riwayat keluarga dan responden yang pernah mengalami *ankle sprain* ada sebagian besar (60,9%) anggota keluarga tidak pernah mengalami *ankle sprain*. Menurut peneliti riwayat ini bisa mempengaruhi kemampuan psikomotor responden menjadi kurang karena belum adanya pengalaman untuk mengatasi pertolongan pertama yang akan diberikan jika terjadi cedera *ankle sprain*.

Berdasarkan tabel 5.3 hasil penelitian menunjukkan sebagian besar (52,2%) sejumlah 12 responden sesudah diberikan EDEVIA memiliki kemampuan psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori baik dan 11 responden lainnya masuk kedalam kategori cukup dengan presentase 47,8%. Mean dari skor post test adalah 15,48 yang berarti ada pengaruh atau ada kenaikan kemampuan dari sebelum hingga setelah diberikan intervensi *first aid ankle sprain* pada komunitas sepak bola di Desa Mekikis.

Penanganan cedera *ankle sprain* dapat diberikan melalui pendidikan kesehatan menggunakan EDEVIA (Edukasi Demonstrasi Video Animasi). EDEVIA menggunakan media audiovisual yang merupakan salah satu media yang menyampaikan informasi atau pesan secara audio dan visual. Pembelajaran dengan menggunakan video atau animasi lebih berhasil karena mampu masuk melalui 2 sensor indera manusia yaitu melalui mata dan telinga. Sehingga pemberian intervensi ini dapat meningkatkan kemampuan psikomotorik responden. Menurut peneliti, pemberian intervensi menggunakan video animasi untuk menarik perhatian responden, mampu menyajikan objek secara detail dan dapat membantu memahami pelajaran yang sifatnya sulit.

Berdasarkan tabel diatas hasil penelitian menunjukkan keseluruhan (100%) sejumlah 23 responden sebelum diberikan intervensi EDEVIA memiliki kemampuan Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori kurang, sedangkan sesudah diberikan EDEVIA memiliki kemampuan psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori baik ada sebagian besar (52,2%) sejumlah 12 responden dan hampir setengahnya

(47,8%) 11 responden berada dalam kategori cukup. Hasil mean *pretest* yaitu 6,43 dan *posttest* yaitu 15,48 sehingga mengalami peningkatan 9,05. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon signed rank test* P value $0,000 < \alpha = 0,05$ artinya ada Pengaruh EDEVIA Terhadap Kemampuan Psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* Pada Komunitas Sepak Bola Di Desa Mekikis Tahun 2022.

Penelitian ini dilakukan dengan memberikan *pretest* terlebih dahulu untuk melihat kemampuan psikomotorik responden kemudian dilakukan intervensi 2x dalam 1 minggu dengan waktu 30 menit (intervensi/penayangan video dan demonstrasi). Intervensi berisikan teknik-teknik pertolongan pertama *ankle sprain* yang meliputi : *Rest* (Istirahat), *Ice* (Terapi es), *Compression* (Kompresi / balutan) dan *Elevation* (Elevasi) menggunakan metode demonstrasi dengan media video animasi. Setelah dilakukan penayangan video animasi dilakukan pendemonstrasian oleh peneliti yang tentunya akan menambah pengalaman baru dalam hidup responden dan responden juga bisa lebih paham akan materi. Setelah diberikan intervensi responden dilakukan *posttest* untuk mengukur kemampuan psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* menunjukkan hasil sebagian besar (52,2%) sejumlah 12 responden memiliki kemampuan psikomotorik *First Aid Ankle Sprain* dalam kategori baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian intervensi Edukasi video animasi berpengaruh terhadap first aid ankle sprain pada komunitas sepak bola di Desa Mekikis

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Chen, E. T., Mcinnis, K. C., & Borg-Stein, J. (2019, Juni). Ankle Sprains: Evaluation, Rehabilitation, And Prevention. *Current Sports Medicine Reports*, 18(6): 217-223.
- [2]. Herzog, M. M., Kerr, Z. Y., Marshall, S. W., & Wikstrom, E. A., 2019, 'Epidemiology of ankle sprains and chronic ankle instability', *Journal of athletic training*, vol. 54, no. 6, pp. 603-610.
- [3]. Kamus Besar Bahasa Indonesia. [Online]. Tersedia di <https://kbbi.web.id/olahraga.html> Diakses pada 15 Oktober 2021
- [4]. Konseptual, A., & Sumartiningsih, S. (2012). Cedera Keseleo pada Pergelangan Kaki (Anke Sprains). In *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* (Vol. 2). <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki>
- [5]. Muawanah, S. et all. (2016). Perbedaan Pelatihan Proprioceptive Menggunakan Wobble Board Dengan Pelatihan Penguatan Otot Ankle Menggunakan Karet Elastic Resistance Dalam Menurunkan Foot and Ankle Disability Pada Kasus Sprain Ankle Kronis. *Sport and Fitness*, 4(1), 59–71.
- [6]. Thygerson, Alton M. & Steven M. Thygerson. 2017. *First Aid, CPR, and AED Advanced* (7th ed). Amerika Serikat. Jones & Bartlett Learning
- [7]. World Health Organization, 2019, Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world. World Health Organization.