

Pengaruh *Interactive Video* terhadap Peningkatan Pengetahuan Penanganan Cedera dengan Metode RICE pada Komunitas Pecinta Alam di SMA Negeri 1 Lamongan

Muhammad Mahendra Dharma Saput¹, Siti Sholikhah², Dias Tiara Putri Utomo³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Lamongan

Email: mahends151@gmail.com

Abstrak

Komunitas pecinta alam merupakan kelompok siswa rentan karena melibatkan fisik berat dan lingkungan yang memiliki risiko tinggi mengalami cedera. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Interactive Video* terhadap metode RICE untuk pengetahuan penanganan cedera pada komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan. Desain penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan desain *one group pretest-posttest*. Populasi sebanyak 30 remaja dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan intervensi dari 30 remaja memiliki pengetahuan kategori sedang yaitu sebanyak 15 responden (50,0%). Setelah dilakukan intervensi hampir seluruhnya yaitu 27 remaja memiliki pengetahuan kategori tinggi (90,0%). Hasil analisa data didapatkan *P-Value* = 0,000 ($< 0,05$) artinya ada pengaruh *Interactive Video* terhadap metode RICE untuk pengetahuan penanganan cedera pada komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan. *Interactive Video* menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan penanganan cedera melalui metode RICE pada komunitas pecinta alam karena *Interactive Video* efektif meningkatkan retensi memori dan pemahaman remaja karena informasi yang diterima menjadi lebih jelas dan menarik.

Kata kunci: Cedera, *Interactive Video*, Komunitas Pecinta Alam, Pengetahuan, RICE

Abstract

The nature loving community is a vulnerable group of students because it involves physical strenuous and environmental conditions that have a high risk of injury. This study aims to analyze the influence of Interactive Video on the RICE method for injury management knowledge in the nature loving community at SMA Negeri 1 Lamongan. The design of this study uses a pre-experimental method with a one group pretest-posttest design. The population was 30 adolescents using the total sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed using the wilcoxon test. The results showed that before the intervention, 30 adolescents had moderate category knowledge, namely 15 respondents (50.0%). After almost all of the interventions, 27 adolescents had high category knowledge (90.0%). The results of data analysis obtained P-Value = 0.000 (< 0.05), meaning that there is an influence of Interactive Video on the RICE method for injury management knowledge in the nature loving community at SMA Negeri 1 Lamongan. Interactive Video is an effective method to increase knowledge of handling injuries through the RICE method in the nature loving community because Interactive Video is effective in improving memory retention and understanding of adolescents because the information received becomes clearer and more interesting.

Keywords: Injury, *Interactive Video*, Nature Lover Community, Knowledge, RICE

1. PENDAHULUAN

Komunitas pecinta alam merupakan kelompok siswa rentan karena melibatkan fisik berat dan lingkungan yang memiliki risiko tinggi mengalami cedera terutama saat melakukan aktivitas luar ruang seperti hiking, panjat tebing, arung jeram dan kegiatan menantang lainnya.

Cedera yang sering terjadi pada komunitas pecinta alam antara lain seperti terkilir, memar, bengkak dan nyeri otot. Kondisi tersebut tidak hanya mengganggu kenyamanan dan keselamatan siswa, namun dapat menghambat proses belajar serta partisipasi mereka dalam kegiatan sekolah. Sebagian siswa yang belum memahami penanganan cedera yang tepat, khususnya penggunaan kompres dingin sebagai pertolongan pertama. Sumber daya manusia yang kompeten memiliki peran penting dalam meningkatkan efektivitas penanganan cedera karena keberhasilan tindakan medis sangat bergantung pada kemampuan individu dalam memahami, menginterpretasikan dan menerapkan prosedur yang tepat sesuai dengan standar operasional yang berlaku [1].

Berdasarkan survei awal yang dilaksanakan pada hari Selasa 25 November 2025 melalui wawancara dengan ketua umum SMASAPALA, diketahui bahwa angka kejadian cedera saat latihan panjat tebing masih tergolong tinggi dan menjadi masalah yang perlu mendapatkan perhatian lebih serius. Hampir setiap sesi latihan ditemukan cedera pada jari, tangan dan kaki sehingga kondisi ini menegaskan pentingnya peningkatan pemahaman teknik yang tepat serta penerapan langkah pencegahan cedera demi menjamin keselamatan dan keberlanjutan kegiatan latihan.

Keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam pertolongan pertama menjadi permasalahan yang sering terjadi khususnya terkait penanganan cedera menggunakan metode *rest, ice, compression, elevation* (RICE), banyak siswa yang tidak segera melakukan penanganan pertolongan pertama dan penggunaan metode yang keliru atau tidak tepat seperti mengompres dengan air panas pada fase awal cedera. Kesalahan tersebut menyebabkan pembengkakan bertambah, nyeri semakin parah dan waktu pemulihan menjadi lebih lama. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan cedera pada komunitas pecinta alam tidak hanya terletak pada tingginya risiko cedera, tetapi juga pada lemahnya pemahaman mengenai penanganan cedera yang benar sejak awal [2].

Rendahnya penerapan media pembelajaran yang interaktif menjadi inti permasalahan utama dalam peningkatan kompetensi penanganan cedera, karena sebagian besar institusi pendidikan maupun fasilitas pelayanan kesehatan masih mengandalkan metode tradisional seperti ceramah dan demonstrasi manual yang bersifat satu arah dan kurang melibatkan partisipasi aktif peserta didik, sehingga tidak mampu memberikan pengalaman yang realistis dan kontekstual terhadap situasi cedera yang kompleks dan membutuhkan respon cepat [3]. Penggunaan *Video* interaktif berbasis simulasi telah terbukti meningkatkan efektivitas pembelajaran, pengetahuan, kemampuan berpikir kritis dan keterampilan klinis dalam mengelola situasi gawat darurat serta cedera akut. Kondisi tersebut memungkinkan pelajar komunitas berlatih dalam lingkungan belajar yang aman, memperoleh umpan balik langsung dan mengembangkan kepercayaan diri sebelum menghadapi korban secara nyata [4].

Metode pembelajaran tradisional dinilai belum sepenuhnya efektif dalam meningkatkan kesiapan pelajar menghadapi situasi penanganan cedera yang membutuhkan kecepatan, ketepatan dan kemampuan pengambilan keputusan akurat di lapangan. Pendekatan konvensional cenderung bersifat teoritis serta kurang memberikan pengalaman belajar yang realistis melalui simulasi langsung. Penggunaan *Video* interaktif dalam proses pembelajaran terbukti mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih mendalam melalui visualisasi langkah-langkah penanganan cedera secara nyata, sehingga secara signifikan meningkatkan pengetahuan, keterampilan praktis dan kepercayaan diri siswa dalam melakukan tindakan pertolongan pertama penanganan cedera di berbagai situasi darurat [5].

Pengukuran skala efektivitas pembelajaran *Video* interaktif dalam konteks penanganan cedera perlu menggunakan instrumen yang andal dan sensitif untuk dapat menangkap perubahan pengetahuan, keterampilan praktis dan tingkat kesiapan peserta secara kuantitatif, sehingga hasil evaluasi dapat dijadikan dasar dalam menentukan efektivitas media pembelajaran interaktif serta perencanaan kurikulum pelatihan yang lebih adaptif [6]. Penelitian

sebelumnya menunjukkan bahwa pengembangan pengukuran berbasis interaksi visual daring tidak hanya mampu meningkatkan skor post test dan tingkat kepuasan peserta secara signifikan, tetapi juga memberikan umpan balik yang berguna bagi perbaikan metode pembelajaran, sehingga skala tersebut dapat dijadikan model acuan dalam pengembangan instrumen evaluasi simulasi penanganan cedera [7].

Meningkatnya perhatian terhadap media pembelajaran interaktif membuat berbagai penelitian telah dilakukan mengeksplorasi efektivitasnya dalam konteks pendidikan kesehatan salah satunya adalah ulasan integratif yang menemukan bahwa model pembelajaran campuran yang memanfaatkan *Video* simulasi mampu menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik, namun penelitian-penelitian sebelumnya masih terbatas dalam jumlah sampel, cakupan keterampilan klinis yang diuji dan variasi konteks pendidikan yang digunakan, sehingga masih diperlukan studi yang lebih komprehensif untuk memperluas generalisasi temuan tersebut [8]. Penelitian lain menunjukkan bahwa *Video* simulasi interaktif secara signifikan meningkatkan keterlibatan peserta, memberikan pengalaman belajar yang lebih autentik dan memperkuat kemampuan kerja tim dalam pembelajaran jarak jauh. Efek spesifik pada penanganan cedera secara nyata masih jarang diteliti, sehingga terdapat kebutuhan untuk menilai implementasi secara langsung [9].

Penelitian mengenai media pembelajaran *Video* interaktif dalam konteks pendidikan kesehatan menunjukkan perkembangan yang signifikan misalnya studi di Taiwan menemukan pembelajaran visual daring interaktif secara signifikan meningkatkan skor pada saat *Post-Test* (Ho et al., 2023). Literatur terbaru secara khusus meneliti penggunaan *Video* interaktif untuk penanganan cedera seperti pada fraktur ekstremitas bawah memang menunjukkan efek positif tetapi fokusnya pada pasien dan bukan pada tenaga kesehatan, sehingga secara profesional menunjukkan temuan bahwa terdapat sebuah gap riset yang nyata masih perlu diisi dan diteliti [10].

Penggunaan *Video* interaktif dalam pendidikan kesehatan telah menjadi inovasi penting yang mampu mengubah cara individu memahami dan menguasai keterampilan klinis, termasuk dalam penanganan cedera. Media tersebut memungkinkan peserta didik berinteraksi secara langsung dengan skenario simulatif yang menyerupai kondisi nyata di lapangan. Visual yang menarik dan fitur interaktif seperti kuis, simulasi keputusan, dan umpan balik langsung membuat peserta didik dapat membangun pemahaman yang lebih mendalam terhadap langkah-langkah penanganan cedera yang tepat dan aman [10].

Pembelajaran berbasis *Video* interaktif juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk belajar secara mandiri, berulang kali dan menilai sendiri tingkat pemahaman mereka tanpa tekanan waktu seperti dalam pelatihan jenis konvensional. Keunggulan ini menjadikan *Video* interaktif sebagai media yang efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan, keterampilan praktis dan kesiapsiagaan dalam menghadapi situasi gawat darurat terutama pada kondisi cedera. Integrasi teknologi ini selaras dengan kebutuhan pendidikan modern yang menuntut fleksibilitas, aksesibilitas dan pengalaman belajar yang menyenangkan, terutama dalam konteks siswa yang membutuhkan pelatihan berkelanjutan dan adaptif terhadap perkembangan ilmu pengetahuan pada bidang kesehatan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mendalam mengenai judul “Pengaruh *Interactive Video* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penanganan Cedera dengan Metode RICE Pada Komunitas Pecinta Alam Di SMA Negeri 1 Lamongan”.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode pre-experimental melalui pendekatan one group pretest-posttest design. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian intervensi berupa pembelajaran menggunakan *Interactive Video* terhadap peningkatan pengetahuan penanganan cedera dengan metode RICE pada

komunitas pecinta alam. Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (pretest) dan sesudah intervensi (posttest). Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Lamongan pada bulan April 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam sebanyak 30 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pecinta alam, bersedia menjadi responden, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Adapun kriteria eksklusi yaitu siswa yang tidak hadir saat penelitian berlangsung karena sakit atau izin. Variabel independen dalam penelitian ini adalah penggunaan *Interactive Video*, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan penanganan cedera dengan metode RICE. Intervensi diberikan melalui media *Interactive Video* yang berisi materi penanganan cedera metode RICE meliputi rest, ice, *compression*, dan *elevation*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan penanganan cedera metode RICE yang terdiri dari 29 pertanyaan dengan skala Guttman. Jawaban benar diberikan skor 1 dan jawaban salah diberikan skor 0. Tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi tiga, yaitu rendah (< 15), sedang (15–22), dan tinggi (23–29). Prosedur penelitian diawali dengan pemberian pretest kepada responden untuk mengukur tingkat pengetahuan awal. Selanjutnya responden diberikan intervensi berupa pembelajaran menggunakan *Interactive Video* mengenai penanganan cedera metode RICE. Setelah intervensi selesai, responden diberikan posttest untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan setelah perlakuan. Data yang diperoleh kemudian dilakukan pengolahan melalui tahap editing, coding, scoring, dan tabulating. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test karena data berdistribusi tidak normal. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$. Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian meliputi informed consent, confidentiality, beneficence, justice, dan non-maleficence.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Remaja berdasarkan Jenis Kelamin di SMA Negeri 1 Lamongan Bulan Februari-Maret

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1.	Laki-laki	17	56,7%
2.	Perempuan	13	43,3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa jenis kelamin dari 30 siswa di SMA Negeri 1 Lamongan didapatkan sebagian besar remaja berjenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang (56,7%) dan hampir sebagian berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 orang (43,3%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Remaja berdasarkan Usia di SMA Negeri 1 Lamongan Bulan Februari-Maret

No.	Usia	Frekuensi	Persentase
1.	16	3	10,0%
2.	17	26	86,7%
3.	18	1	3,3%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan data pada Tabel 2 menunjukkan bahwa usia dari 30 remaja di SMA Negeri 1 Lamongan didapatkan hampir seluruhnya berusia 17 tahun sebanyak 26 orang (86,7%),

sebagian kecil berusia 16 tahun sebanyak 3 orang (10,0%) dan sebagian kecil berusia 18 tahun sebanyak 1 orang (3,3%).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Remaja berdasarkan Kelas di SMA Negeri 1 Lamongan

No.	Kelas	Frekuensi	Persentase
1.	11	30	100,0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan data pada Tabel 3 menunjukkan bahwa kelas dari 30 remaja di SMA Negeri 1 Lamongan didapatkan seluruhnya kelas 11 sebanyak 30 siswa (100,0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Tingkat Pengetahuan Metode RICE Sebelum diberikan *Interactive Video* pada Remaja di SMA Negeri 1 Lamongan Bulan Februari-Maret

No.	Pengetahuan Metode RICE	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	7	23,3%
2.	Sedang	15	50,0%
3.	Tinggi	8	26,7%
Total		30	100%

Berdasarkan data pada Tabel 4 menunjukkan bahwa pengetahuan metode RICE dari 30 siswa di SMAN 1 Lamongan sebelum diberi *Interactive Video* didapatkan sebagian siswa memiliki pengetahuan sedang sebanyak 15 siswa (50,0%), sebagian kecil siswa memiliki pengetahuan metode RICE tinggi sebanyak 8 siswa (26,7%) dan sebagian kecil siswa memiliki pengetahuan metode RICE rendah sebanyak 7 siswa (23,3%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Tingkat Pengetahuan Metode RICE Setelah diberikan *Interactive Video* pada Remaja di SMA Negeri 1 Lamongan Bulan Februari-Maret

No.	Pengetahuan Metode RICE	Frekuensi	Persentase
1.	Sedang	3	10,0%
2.	Tinggi	27	90,0%
Total		30	100%

Berdasarkan data pada Tabel 5 menunjukkan bahwa pengetahuan metode RICE dari 30 siswa di SMA Negeri 1 Lamongan setelah diberikan *Interactive Video* didapatkan hampir seluruhnya siswa memiliki pengetahuan penanganan cedera tinggi sebanyak 27 siswa (90,0%) dan sebagian kecil siswa memiliki pengetahuan sedang sebanyak 3 siswa (10,0%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pengaruh *Interactive Video* terhadap Metode RICE untuk Pengetahuan Penanganan Cedera pada Komunitas Pecinta Alam di SMA Negeri 1 Lamongan Bulan Februari-Maret

Kriteria Pengetahuan Metode RICE	Pengetahuan Metode RICE			
	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Rendah	7	23,3%	0	0%
Sedang	15	50,0%	3	10,0%
Tinggi	8	26,7%	27	90,0%
Total	30	100%	30	100%
Uji Wilcoxon $r = -4.793$			$P = 0,000$	

Berdasarkan data pada Tabel 6 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden tentang metode RICE sebelum diberikan *Interactive Video (Pre-Test)* sebagian berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 15 responden (50,0%), hampir sebagian pada kategori tinggi sebanyak 8 responden (26,7%) dan sebagian kecil pada kategori rendah sebanyak 7 responden (23,3%). Setelah diberikan *Interactive Video (Post-Test)*, terjadi peningkatan pengetahuan responden. Hampir seluruhnya responden berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 27 responden (90,0%) dan sebagian kecil pada kategori sedang sebanyak 3 responden (10,0%).

Hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *Interactive Video* terhadap peningkatan pengetahuan metode RICE pada komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan. Nilai statistik uji sebesar $r = -4,793$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai *Pre-Test* dan *Post-Test*, di mana pengetahuan responden meningkat setelah diberikan intervensi berupa *Interactive Video*.

b. Pembahasan

Pembahasan ini akan menguraikan tentang pengaruh *Interactive Video* terhadap metode RICE untuk pengetahuan penanganan cedera pada komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan.

1). Tingkat Pengetahuan Metode RICE pada Remaja Sebelum diberikan *Interactive Video* di SMA Negeri 1 Lamongan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa sebelum diberikan *Interactive Video* menunjukkan bahwa sebagian kecil yaitu 7 siswa (23,3%) memiliki pengetahuan rendah, sebagian yaitu 15 siswa (50,0%) memiliki pengetahuan sedang dan hampir sebagian yaitu 8 siswa (26,7%) memiliki pengetahuan tinggi tentang metode RICE pada penanganan cedera di komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan.

Hasil kuesioner pengetahuan tentang metode RICE, didapatkan hasil pengetahuan sebelum diberikan *Interactive Video* diketahui siswa masih banyak yang belum mengetahui pengertian metode RICE, manfaat kompres dingin, tujuan penanganan cedera, langkah-langkah *rest, ice, compression*, dan *elevation* serta waktu yang tepat dalam melakukan pertolongan pertama pada cedera. Hal tersebut terjadi karena kurangnya informasi yang diperoleh siswa tentang penanganan cedera menggunakan metode RICE. Hasil *Pre-Test* didapatkan banyak siswa yang salah saat melakukan tindakan penanganan pertama cedera dikarenakan pengetahuan yang dimiliki siswa saat melakukan tindakan hanya sebatas mengistirahatkan bagian tubuh yang cedera atau memijat area yang sakit tanpa mengetahui langkah penanganan metode RICE dengan benar akibat belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan *Interactive Video*.

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan siswa tentang metode RICE untuk penanganan cedera adalah usia, pengalaman, pendidikan dan informasi yang diperoleh siswa. Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menerima dan memahami informasi yang didapatkan dari lingkungan sekitar maupun media pembelajaran. Menurut *World Health Organization (WHO)*, pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu dalam melakukan tindakan kesehatan secara mandiri.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 17 tahun yaitu sebanyak 26 siswa (86,7%) responden dan seluruh responden sebanyak 30 siswa merupakan siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Lamongan. Masa remaja kemampuan menerima informasi dan memahami materi pembelajaran cenderung berkembang dengan baik, namun pengalaman dalam melakukan penanganan cedera masih terbatas. Hal tersebut menyebabkan sebagian siswa belum memahami langkah-langkah metode RICE secara benar karena belum pernah mendapatkan edukasi maupun praktik langsung mengenai penanganan cedera pada kegiatan pecinta alam.

Pengalaman menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Sebagian besar siswa belum pernah melakukan penanganan cedera menggunakan metode RICE sehingga siswa masih banyak melakukan kesalahan dalam tindakan pertolongan pertama seperti memberikan pijatan pada area cedera, menggunakan kompres hangat pada fase awal cedera, dan tidak melakukan elevasi pada bagian tubuh yang mengalami pembengkakan. Pengalaman yang kurang menyebabkan siswa belum mampu memahami tindakan penanganan cedera secara tepat. Hal tersebut sejalan dengan penelitian [11], menjelaskan bahwa pengalaman dan pelatihan kesehatan sangat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan serta keterampilan pertolongan pertama. Semakin sering seseorang memperoleh pengalaman atau pelatihan maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya.

Penelitian ini terdapat faktor yang paling berpengaruh terhadap pengetahuan siswa tentang metode RICE adalah kurangnya informasi mengenai penanganan cedera. Sebelum diberikan *Interactive Video*, siswa hanya memperoleh informasi secara umum melalui teman atau media sosial sehingga pemahaman tentang metode RICE masih kurang tepat. Menurut [12], penggunaan media pembelajaran interaktif mampu meningkatkan pengetahuan karena informasi disampaikan secara visual, menarik dan mudah dipahami oleh peserta didik. Informasi yang diperoleh melalui media pembelajaran interaktif memberikan pengaruh yang lebih efektif dibandingkan metode ceramah biasa karena siswa dapat melihat simulasi secara langsung mengenai langkah-langkah penanganan cedera.

Berdasarkan pemaparan tersebut disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, pengalaman, dan sumber informasi. Sumber informasi yang tepat akan memberikan pemahaman yang lebih baik sehingga dapat meningkatkan pengetahuan mengenai metode RICE dalam penanganan cedera. Pengalaman yang dimiliki seseorang juga dapat menjadi proses pembelajaran untuk melakukan tindakan yang lebih baik di masa mendatang.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan *Interactive Video* sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan sedang, sebagian kecil memiliki tingkat pengetahuan rendah, dan hampir sebagian memiliki tingkat pengetahuan tinggi tentang metode RICE pada penanganan cedera di komunitas pecinta alam SMA Negeri 1 Lamongan.

2). Tingkat Pengetahuan Metode RICE pada Remaja Setelah diberikan *Interactive Video* di SMA Negeri 1 Lamongan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa sebelum diberikan *Interactive Video* menunjukkan bahwa sebagian kecil yaitu 7 siswa (23,3%) memiliki pengetahuan rendah, sebagian yaitu 15 siswa (50,0%) memiliki pengetahuan sedang, dan hampir sebagian yaitu 8 siswa (26,7%) memiliki pengetahuan tinggi tentang metode RICE untuk penanganan cedera pada komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan. Berdasarkan hasil pengambilan data *post test* dari 30 siswa, hampir seluruh siswa menjawab benar tentang metode RICE untuk penanganan cedera, artinya pengetahuan siswa tentang penanganan cedera mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi menggunakan *Interactive Video*. Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruhnya yaitu 27 siswa (90,0%) memiliki pengetahuan tinggi, sebagian kecil yaitu 3 siswa (10,0%) memiliki pengetahuan sedang dan tidak satupun yaitu 0 (0,0%) memiliki pengetahuan rendah.

Menurut [13], pengetahuan yang baik dapat dipengaruhi oleh informasi yang diperoleh melalui media pembelajaran interaktif. Penggunaan *Video* interaktif mampu meningkatkan pemahaman karena materi yang disampaikan lebih mudah diterima melalui indera penglihatan dan pendengaran sehingga informasi menjadi lebih mudah dipahami. Semakin banyak informasi yang diterima seseorang maka semakin meningkat pula pengetahuan yang dimiliki individu tersebut.

Menurut [14], adanya pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media *Video* interaktif dapat meningkatkan pengetahuan karena materi yang disampaikan lebih menarik, realistis dan mudah dipahami oleh peserta didik. Pembelajaran menggunakan media audio visual membuat siswa lebih mudah memahami langkah-langkah pertolongan pertama karena siswa dapat melihat secara langsung simulasi tindakan yang dilakukan. Penggunaan *Video* interaktif juga meningkatkan daya ingat siswa terhadap materi yang diberikan sehingga pengetahuan lebih mudah dipahami dan diingat kembali.

Berdasarkan penelitian [15], menunjukkan keberhasilan peningkatan pengetahuan *post test* dapat dipengaruhi oleh media pendidikan kesehatan yang digunakan. Pendidikan kesehatan menggunakan *Video* interaktif dapat menambah pengetahuan dan informasi dalam melakukan langkah-langkah penanganan cedera secara tepat dan cepat. Media *Video* interaktif juga membantu siswa memahami prosedur pertolongan pertama secara sistematis sehingga siswa mampu menerapkan metode RICE dengan benar saat menghadapi kondisi cedera.

Pengetahuan tentang metode RICE dalam penanganan cedera dapat diperoleh melalui pendidikan kesehatan menggunakan media pembelajaran interaktif. Pemberian pendidikan kesehatan harus didukung dengan media yang mudah dipahami agar informasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh siswa. Menurut [16], penggunaan *Video* edukasi berbasis animasi dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan seseorang karena informasi disampaikan secara visual, menarik, dan mudah dipahami. Media *Video* membantu peserta didik memahami langkah-langkah penanganan secara lebih jelas.

Media *Interactive Video* sangat cocok digunakan dalam proses pembelajaran kesehatan karena dapat meningkatkan perhatian belajar, mempermudah memahami informasi, serta membantu siswa mengingat materi yang diberikan. *Video* yang digunakan juga dapat diputar kembali sehingga siswa dapat mengulang materi apabila belum memahami penjelasan yang diberikan. Menurut [17] penggunaan *Video* edukasi dalam pembelajaran kesehatan mampu meningkatkan kemampuan memahami prosedur tindakan karena siswa dapat melihat simulasi secara langsung dan lebih mudah memahami langkah-langkah yang diajarkan.

Penyampaian informasi, pemilihan media sangat berpengaruh terhadap keberhasilan penyampaian isi pesan. Penggunaan *Interactive Video* sebagai media penyampaian informasi kesehatan memiliki pengaruh yang cukup besar dalam meningkatkan pengetahuan seseorang. Penyajian *Video* berupa gambar, tulisan, suara dan simulasi tindakan mampu menarik perhatian siswa untuk melihat dan memahami isi materi yang diberikan. Menurut [18], *Video* edukasi efektif meningkatkan pengetahuan karena media audiovisual membantu peserta didik menerima informasi secara lebih jelas, sistematis dan mudah dipahami dibandingkan media pembelajaran biasa.

Media yang digunakan yaitu *Interactive Video* karena lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa dalam melakukan penanganan cedera menggunakan metode RICE. Hal ini dapat terjadi karena pada saat edukasi kesehatan responden tidak hanya mendengarkan penjelasan materi tetapi juga melihat simulasi secara langsung mengenai prosedur *rest*, *ice*, *compression*, dan *elevation* sehingga siswa lebih mudah memahami dan mengingat langkah-langkah penanganan cedera dengan benar.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh siswa memiliki tingkat pengetahuan tinggi, sebagian kecil siswa memiliki tingkat pengetahuan sedang, dan tidak satupun siswa memiliki tingkat pengetahuan rendah setelah diberikan edukasi menggunakan *Interactive Video* terhadap metode RICE pada penanganan cedera di komunitas pecinta alam SMA Negeri 1 Lamongan.

3). Pengaruh *Interactive Video* terhadap Metode RICE untuk Pengetahuan Penanganan Cedera pada Komunitas Pecinta Alam di SMA Negeri 1 Lamongan

Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh siswa yaitu 27 (90,0%) memiliki pengetahuan tinggi sesudah diberikan edukasi *Interactive Video* tentang metode RICE pada penanganan cedera di komunitas pecinta alam SMA Negeri 1 Lamongan. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan hasil pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi menggunakan *Interactive Video*.

Menurut [19], keberhasilan peningkatan pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-Test* dapat dipengaruhi oleh informasi yang diterima seseorang. Informasi yang diberikan melalui media pembelajaran audiovisual mampu meningkatkan pemahaman karena materi disampaikan secara menarik, jelas dan mudah dipahami. Edukasi kesehatan memerlukan media yang tepat agar informasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh peserta didik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Berbagai metode dan media telah dikembangkan dalam dunia pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang seperti *leaflet*, *booklet*, *PowerPoint*, dan *Video* edukasi. Menurut [20], media audiovisual mampu meningkatkan pengetahuan peserta didik karena informasi dapat diterima melalui indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan sehingga mudah diingat.

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti kepada siswa komunitas pecinta alam diketahui bahwa sebagian besar siswa belum pernah mendapatkan edukasi mengenai metode RICE menggunakan media *Interactive Video*. Media audiovisual dianggap lebih efektif dalam menyampaikan informasi karena mampu memberikan gambaran nyata mengenai langkah-langkah penanganan cedera. *Video* interaktif yang menampilkan gambar bergerak, suara, tulisan dan simulasi tindakan membuat siswa lebih mudah memahami serta mengingat materi yang diberikan.

Menurut [14], media *Video* interaktif efektif berguna untuk meningkatkan retensi memori dan pemahaman peserta didik karena informasi yang diterima menjadi lebih jelas dan menarik dibandingkan metode pembelajaran biasa. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran sehingga semakin banyak indera yang digunakan dalam proses pembelajaran maka semakin mudah seseorang memahami informasi yang diberikan. *Interactive Video* merupakan media pembelajaran yang mampu melibatkan indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan sehingga sangat efektif digunakan dalam pendidikan kesehatan.

Menurut [21], media audio visual dapat meningkatkan minat belajar, mempermudah pemahaman materi dan membantu mengingat informasi lebih lama karena dapat dipelajari kembali kapan saja. Hasil penelitian [22], menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan *Video* edukasi terhadap peningkatan pengetahuan peserta didik. Penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa penggunaan *Interactive Video* efektif meningkatkan pengetahuan mengenai metode RICE dalam penanganan cedera.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *Interactive Video* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa komunitas pecinta alam mengenai metode RICE pada penanganan cedera karena siswa dapat melihat secara langsung simulasi tindakan sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat.

4. KESIMPULAN

Komunitas pecinta alam di SMA Negeri 1 Lamongan memperoleh pengetahuan tentang penanganan cedera dengan metode RICE melalui penggunaan *Video* interaktif. Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang penanganan cedera menggunakan metode Rest, Ice, *Compression*, dan *Elevation* (RICE) yang cukup atau rendah. Setelah menggunakan *Video* interaktif untuk memberikan pelajaran, tingkat pengetahuan responden menjadi kategori tinggi meningkat. Ini terjadi karena media interaktif membantu

responden memahami materi secara lebih jelas, menarik, dan interaktif dengan menggunakan konten audiovisual yang dapat meningkatkan perhatian, pemahaman, dan retensi informasi. Oleh karena itu, *Video* interactive dapat digunakan sebagai media edukasi kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang materi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. [J. Tioma Lusi Septiana Simarmata¹, Ratna Indrawati², “IJNHS Enhancing Nursing Careers: The Role of Training,” vol. 8, no. 4, pp. 219–226, 2025, doi: 10.35654/ijnhs.v8i4.881.
- [2]. R. Mondal, Y. Sitthimongkol, N. Vongsirimas, N. Chansatitporn, and K. Hegadoren, “The influence of workplace stress and coping on depressive symptoms among registered nurses in Bangladesh,” *Belitung Nurs. J.*, vol. 8, no. 1, pp. 11–19, 2022, doi: 10.33546/BNJ.1959.
- [3]. K. Ichikura *et al.*, “Online vs. face-to-face interactive communication education using *Video* materials among healthcare college students: a pilot non-randomized controlled study,” *BMC Med. Educ.*, vol. 24, no. 1, pp. 1–9, 2024, doi: 10.1186/s12909-024-05742-2.
- [4]. H. Haerawan, W. Cale, and U. Barroso, “The Effectiveness of *Interactive Videos* in Increasing Student Engagement in Online Learning,” *J. Comput. Sci. Adv.*, vol. 2, no. 5, pp. 244–258, 2024, doi: 10.70177/jasca.v2i5.1322.
- [5]. B. R. Kusumaningrum *et al.*, “The Influence of Educational *Videos* in Increasing First Aid Knowledge and Skills in Village Communities,” *Poltekita J. Ilmu Kesehat.*, vol. 18, no. 4, pp. 358–365, 2024, doi: 10.33860/jik.v18i4.3701.
- [6]. H. E. Abdelhakim *et al.*, “Medical and pharmacy students’ perspectives of remote synchronous interprofessional education sessions,” *BMC Med. Educ.*, vol. 22, no. 1, pp. 1–10, 2022, doi: 10.1186/s12909-022-03675-2.
- [7]. J. Natarajan *et al.*, “Effectiveness of an Interactive Educational *Video* on Knowledge, Skill and Satisfaction of Nursing Students,” *Sultan Qaboos Univ. Med. J.*, vol. 22, no. 4, pp. 546–553, 2022, doi: 10.18295/squmj.2.2022.013.
- [8]. E. Coyne, H. Rands, V. Frommolt, V. Kain, M. Plugge, and M. Mitchell, “Investigation of blended learning *Video* resources to teach health students clinical skills: An integrative review,” *Nurse Educ. Today*, vol. 63, pp. 101–107, 2018, doi: 10.1016/j.nedt.2018.01.021.
- [9]. D. Musa, L. Gonzalez, H. Penney, and S. Daher, “*Interactive Video* Simulation for Remote Healthcare Learning,” *Front. Surg.*, vol. 8, no. August, pp. 1–16, 2021, doi: 10.3389/fsurg.2021.713119.
- [10]. Y. Zheng and Q. Yan, “Effect of application of short-form *Video* health education on the health knowledge and satisfaction with nursing care of patients with lower extremity fractures,” *BMC Nurs.*, vol. 22, no. 1, pp. 1–8, 2023, doi: 10.1186/s12912-023-01530-3.
- [11]. B. R. Kusumaningrum, M. Fathoni, and F. Dwi, “The Influence of Educational *Videos* in Increasing First Aid Knowledge and Skills in Village Communities,” vol. 18, no. 4, pp. 358–365, 2024, doi: 10.33860/jik.v18i4.3701.
- [12]. A. C. Jones, S. Lim, C. O. Hood, C. A. Brake, and C. L. Badour, “Affective Liability Moderates the Associations between Negative and Positive Urgency and Posttraumatic Stress,” vol. 27, no. 3, pp. 265–273, 2023, doi: 10.1037/trm0000270.Affective.
- [13]. A. Huynh, K. Adams, and C. Barnett-tapia, “Accessing and Receiving Speech-Language Pathology Services at the Multidisciplinary Amyotrophic Lateral Sclerosis Clinic: An Exploratory Qualitative Study of Patient Experiences and Needs,” vol. 67, no. October, pp. 4025–4037, 2024.

- [14]. [T. M. Tashu and S. Hajiyeva, “Multimodal Emotion Recognition from Art Using Sequential Co-Attention,” 2021.
- [15]. A. M. Vaughan *et al.*, “Continued circulation of mpox : an epidemiological and phylogenetic assessment, European Region, 2023 to 2024,” no. June 2023, pp. 1–9, 2024.
- [16]. E. J. Petushek, A. I. Mørtvedt, B. L. Nelson, and M. C. Hamati, “The Effect of a Brief, Web-Based Animated *Video* for Improving Comprehension and Implementation Feasibility for Reducing Anterior Cruciate Ligament Injury : A Three-Arm Randomized Controlled Trial,” 2021.
- [17]. J. A. Mack, H. K. Morgan, J. T. Fitzgerald, E. C. Walford, and L. A. Heidemann, “The Development of a *Video* Intervention to Improve Senior Medical Students ’ Performance on Outpatient Telephone Encounters : a Delphi Analysis and Randomized Controlled Trial,” *Med. Sci. Educ.*, pp. 1429–1439, 2021, doi: 10.1007/s40670-021-01331-w.
- [18]. T. Moe-byrne, E. Evans, N. Benhebil, and P. Knapp, “The effectiveness of *Video* for patients and the general public : A systematic review,” no. October, pp. 1–14, 2022, doi: 10.3389/fdgth.2022.1010779.
- [19]. [D. Gao, W. Zheng, M. Wang, L. Wang, and Y. Xiao, “A Zero-Padding Frequency Domain Convolutional Neural Network for SSVEP Classification,” vol. 16, no. March, pp. 1–15, 2022, doi: 10.3389/fnhum.2022.815163.
- [20]. M. Kuniyori, N. Sato, N. Yokoyama, S. Kawazu, and X. Xuan, “Vitellogenin-2 Accumulation in the Fat Body and Hemolymph of Babesia-Infected Haemaphysalis longicornis Ticks,” vol. 12, no. June, pp. 1–13, 2022, doi: 10.3389/fcimb.2022.908142.
- [21]. G. Hwang, M. B. Blatz, and M. S. Wolff, “Diagnosis of Biofilm-Associated Peri-Implant Disease Using a Fluorescence-Based Approach,” 2021.
- [22]. L. Da, C. Ay, and L. Gyh, “Psychological interventions for depression in heart failure (Review),” 2005, doi: 10.1002/14651858.CD003329.pub2.www.cochranelibrary.com.