SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *UNSAFE ACTION* DAN *UNSAFE CONDITION* DENGAN KEJADIAN CEDERA LATIHAN PADA SISWA PSHT RANTING TAKERAN CABANG MAGETAN

Oleh :

GILANG YUSRON RAHMADANI
NIM. 202203019

PEMINATAN KESEHATAN KESELAMATAN KERJA
PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *UNSAFE ACTION* DAN *UNSAFE CONDITION* DENGAN KEJADIAN CEDERA LATIHAN PADA SISWA PSHT RANTING TAKERAN CABANG MAGETAN

Diajukan untuk memenuhi
Salah satu persyaratan dalam mencapai gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)

Oleh :

GILANG YUSRON RAHMADANI
NIM. 202203019

PEMINATAN KESEHATAN KESELAMATAN KERJA
PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing dan telah dinyatakan layak untuk mengikuti Ujian Sidang

SKRIPSI

JUDUL SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *UNSAFE ACTION* DAN *UNSAFE CONDITION* DENGAN KEJADIAN CEDERA LATIHAN PADA SISWA PSHT RANTING TAKERAN CABANG MAGETAN

Menyetujui, Pembimbing 1	Menyetujui, Pembimbing 2
Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK NUPTK. 6333765666131063	Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes NUPTK. 7860759660230162

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat

Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK
NUPTK. 6333765666131063

PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)

Pada Tanggal: 8 Agustus 2026

Dewan Penguji :

1.	Ketua Dewan Penguji	: Karina Nur R, S.KM., M.Kes	( )
		NUPTK. 7945763664230242	
2.	Penguji I	: Pipid Ari W, S.KM., M.KKK	( )
		NUPTK. 6333765666131063	
3.	Penguji II	: Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes	( )
		NUPTK. 7860759660230162	

Mengesahkan

STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Ketua,

Dr. Retno Widiarini, S.KM. M.Kes
NUPTK.7860759660230162

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan rasa syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, kesehatan, kemudahan, serta kelancaran yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

Allah SWT yang senantiasa memberikan pertolongan, kekuatan, kesabaran, dan jalan terbaik dalam setiap proses kehidupan penulis hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.

1. Ketua Ranting PSHT Takeran, Mas Soleh Syarifuddin, beserta seluruh keluarga besar PSHT Ranting Takeran yang telah memberikan izin, bantuan, dukungan, serta kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah menjadi tempat penulis menimba ilmu, pengalaman, dan mengembangkan kemampuan selama menempuh pendidikan. Khususnya Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M. Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun sekaligus Dosen Pembimbing II yang telah memberikan kesempatan, dukungan, arahan, serta bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.
3. Bapak Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan

arahan, ilmu, motivasi, serta bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi hingga selesai.

4. Ibu Karina Nur Ramadhanintyas, S.KM., M. Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, masukan, serta arahan yang sangat bermanfaat demi penyempurnaan proposal skripsi ini.
5. Alm. Ayah tercinta Sutomo, S.P. dan Ibu Sukesi yang selalu menjadi sumber doa, semangat, serta kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih atas segala kasih sayang, pengorbanan, dukungan moral maupun materi, serta doa yang tidak pernah putus untuk penulis. Semoga Alm. Ayah bangga melihat perjuangan dan pencapaian ini.
6. Kakak Erra Enggal Utamingtyas, S.P. dan Anggitya Gurnita Kumorosiwi, S.Farm. yang selalu memberikan dukungan, perhatian, motivasi, serta semangat kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Saudara-saudara Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) yang telah memberikan pengalaman, kebersamaan, dukungan, bantuan, serta motivasi selama proses penelitian dan penyusunan skripsi ini berlangsung.
8. Putri Novianti Ramadhani, terima kasih telah menjadi seseorang yang selalu ada di setiap langkah perjalanan penulis. Terima kasih atas segala waktu, perhatian, kesabaran, dukungan, bantuan, dan kasih sayang yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Di saat penulis merasa lelah, ragu, dan hampir menyerah, kamu selalu hadir untuk menguatkan, meyakinkan, dan mengingatkan bahwa penulis mampu melewati

semuanya. Terima kasih telah menjadi tempat pulang dari segala lelah dan menjadi salah satu alasan penulis untuk terus berjuang hingga skripsi ini akhirnya terselesaikan. Kehadiranmu bukan hanya menemani proses ini, tetapi juga membuat setiap perjuangan terasa lebih berarti.

9. Diri saya sendiri, terima kasih karena telah mampu bertahan, bangkit, berjuang, dan tidak menyerah dalam menghadapi setiap proses, hambatan, serta kesulitan hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.

LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Gilang Yusron Rahmadani

Nim : 202203019

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini benar hasil karya penulis sendiri dan bukan merupakan plagiasi dari karya orang lain. Jika di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran keaslian karya, maka penulis bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku.

Madiun, 10 Juni 2026

Gilang Yusron R.
NIM. 202203019

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama	: Gilang Yusron Rahmadani
Jenis Kelamin	: Laki - Laki
Tempat dan Tanggal lahir	: Magetan,19 Juli 2004
Agama	: Islam
Email	: @gilangyusronrahmadani
Riwayat Pendidikan	: SDN 2 Kepuhrejo
	: SMPN 1 Kawedanan
	: SMAN 1 Kawedanan

Program Studi Kesehatan Masyarakat
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
2026

ABSTRAK

Gilang Yusron

HUBUNGAN ANTARA *UNSAFE ACTION* DAN *UNSAFE CONDITION* DENGAN KEJADIAN CEDERA LATIHAN PADA SISWA PSHT RANTING TAKERAN CABANG MAGETAN

Latihan pencak silat merupakan aktivitas yang memiliki risiko cedera akibat kontak fisik, gerakan dinamis, dan kondisi lingkungan latihan. Berdasarkan observasi awal pada siswa PSHT Ranting Takeran, ditemukan 43 kejadian cedera selama periode Maret–April 2026, dengan rata-rata 3–6 kejadian cedera pada setiap sesi latihan. Jenis cedera yang ditemukan meliputi memar, lecet, keseleo, terkilir, nyeri otot, cedera kepala, hingga patah tulang. Selain itu, masih ditemukan perilaku tidak aman (unsafe action), seperti kurang melakukan pemanasan dan pendinginan, kurang fokus, melakukan kesalahan teknik, serta memaksakan latihan saat lelah. Kondisi tidak aman (unsafe condition) juga ditemukan pada tempat latihan, seperti lantai yang licin dan tidak rata, matras yang kurang memadai atau bergeser, serta area latihan yang relatif padat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara unsafe action dan unsafe condition dengan kejadian cedera latihan pada siswa Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Ranting Takeran Cabang Magetan.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah siswa aktif PSHT Ranting Takeran dengan jumlah sampel sebanyak 67 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Juni 2026 menggunakan kuesioner terstruktur dan lembar observasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori unsafe action tidak aman sebanyak 42 responden (62,7%) dan unsafe condition tidak aman sebanyak 44 responden (65,7%). Kejadian cedera latihan didominasi oleh kategori cedera ringan sebanyak 40 responden (59,7%), sedangkan cedera berat sebanyak 27 responden (40,3%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara unsafe action dengan kejadian cedera latihan dengan nilai $p = 0,009$ ($p < 0,05$). Terdapat pula hubungan yang signifikan antara unsafe condition dengan kejadian cedera latihan dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$).

Terdapat hubungan yang signifikan antara unsafe action dan unsafe condition dengan kejadian cedera latihan pada siswa PSHT Ranting Takeran Cabang Magetan. Pencegahan cedera perlu dilakukan melalui peningkatan pengawasan pelatih terhadap perilaku dan teknik siswa, penerapan pemanasan dan pendinginan secara konsisten, penggunaan alat pelindung diri pada latihan berisiko, serta pemeriksaan dan perawatan sarana dan prasarana latihan secara

berkala. Edukasi mengenai perilaku aman (safe behavior) juga perlu dilakukan untuk meningkatkan kesadaran keselamatan dan mengurangi risiko cedera selama latihan.
Kata Kunci: *Unsafe Action*, *Unsafe Condition*, Cedera Latihan, Pencak Silat, PSHT

Public Helath Program
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
2026

ABSTRACT

Gilang Yusron Rahmadani

THE RELATIONSHIP BETWEEN UNSAFE ACTIONS AND UNSAFE CONDITIONS WITH TRAINING INJURY INCIDENTS AMONG PSHT STUDENTS AT TAKERAN MAGETAN

Pencak silat training is an activity with a risk of injury due to intensive physical contact, dynamic movements, and training environmental conditions. Based on preliminary observations among students of PSHT Takeran Branch, 43 injury incidents were identified during March–April 2026, with an average of 3–6 injury cases occurring in each training session. The injuries included bruises, abrasions, sprains, muscle pain, head injuries, and fractures. In addition, several unsafe actions were still observed, such as inadequate warm-up and cool-down, lack of concentration, improper techniques, and continuing training despite physical fatigue. Unsafe conditions were also identified at the training site, including uneven and slippery floors, inadequate or displaced mats, and relatively crowded training areas. This study aimed to determine the relationship between unsafe action and unsafe condition and the occurrence of training injuries among students of Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Takeran Branch, Magetan Regency.

This quantitative study used a cross-sectional design and involved 67 active students selected using purposive sampling. Data were collected in June 2026 using a structured questionnaire and an observation sheet. Data analysis consisted of univariate and bivariate analyses using the ChiSquare test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that most respondents were categorized as having unsafe actions (62.7%) and unsafe conditions (65.7%). Training injuries were predominantly classified as minor injuries (59.7%), while severe injuries accounted for 40.3%. The Chi-Square test showed a significant relationship between unsafe action and training injuries ($p = 0.009$; $p < 0.05$). A significant relationship was also found between unsafe condition and training injuries ($p = 0.001$; $p < 0.05$).

. There were significant relationships between unsafe action and unsafe condition and the occurrence of training injuries among students of PSHT Takeran Branch, Magetan Regency. Injury prevention effortsshould include strengthening coaches' supervision of students' behavior and techniques, implementing consistent warm-up and cool-down procedures, using protective equipment during high-risk training activities, and conducting regular inspections and maintenance of training facilities and infrastructure. Routine education on safe behavior should also be provided to increase safety awareness and reduce the risk of injuries during training.

Keywords: Unsafe Action, Unsafe Condition, Training Injury, Pencak Silat, PSH