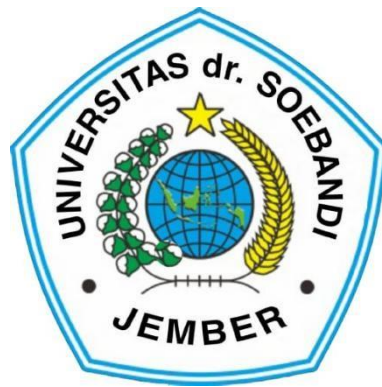


**PENGARUH METODE *SNOWBALL THROWING*
TERHADAP EFIKASI DIRI PERTOLONGAN
PERTAMA *SPRAIN* PADA ANGGOTA PMR
DI SMAN 3 JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

Linis Zais Sholeha

NIM. 22102261

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER**

2026

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi penelitian yang berjudul "Pengaruh Metode *Snowball Throwing* Terhadap Efikasi Diri Pertolongan Pertama *Sprain* Di SMAN 3 Jember" telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Linis Zais Sholeha

Nim : 22102261

Hari, tanggal : Selasa, 30 Juni 2026

Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji

Ketua Penguji,



Guruh Wirasakti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0705058706

Penguji II,



Yunita Wahyu Wulansari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0702068906

Penguji III,



Eky Madyaning Nafiti, S.Kep., Ns.M.Kep
NIDN. 0720059104

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M. Keb

NIDN. 071912890

Abstrak

Latar Belakang: *Sprain* merupakan cedera yang sering terjadi di lingkungan sekolah dan memerlukan pertolongan pertama yang tepat untuk mencegah keparahan cedera. Hasil studi pendahuluan pada anggota PMR SMAN 3 Jember menunjukkan bahwa meskipun telah memperoleh pelatihan pertolongan pertama secara rutin, sebagian siswa masih memiliki efikasi diri yang rendah dalam menangani kasus *sprain*. Metode pembelajaran aktif dan partisipatif seperti *Snowball Throwing* menjadi alternatif untuk meningkatkan efikasi diri siswa. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dirancang untuk menguji pengaruh metode *Snowball Throwing* terhadap efikasi diri anggota PMR dalam melakukan pertolongan pertama pada cedera *sprain* di SMAN 3 Jember. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh metode *snowball throwing* terhadap efikasi diri pertolongan pertama *sprain* pada anggota PMR di SMAN 3 Jember. **Metode:** Penelitian kuantitatif ini menggunakan pendekatan pre-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Seluruh populasi sebanyak 47 anggota PMR dijadikan responden melalui teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan instrumen *General Self-Efficacy Scale* (GSE) yang telah diadaptasi dan dianalisis dengan uji *Paired Sample T-Test*. **Hasil:** Rata-rata efikasi diri meningkat dari 27,23 sebelum intervensi menjadi 34,06 sesudah intervensi. Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Metode *Snowball Throwing* terbukti meningkatkan efikasi diri anggota PMR SMAN 3 Jember dalam melakukan pertolongan pertama *sprain* melalui pembelajaran aktif yang mendorong kepercayaan diri, keterlibatan, dan kesiapan siswa.

Kata Kunci: *Snowball Throwing, Efikasi Diri, Pertolongan Pertama Sprain, PMR.*