

**PELATIHAN BANTUAN HIDUP DASAR UNTUK MENINGKATKAN  
KESIAPSIAGAAN DAN KEBERANIAN SISWA  
SMA AL - FITYAN MEDAN**

**Balqis Nurmauli Damanik<sup>1\*)</sup>, Syahferi Anwar<sup>2)</sup>, Dudut Tanjung<sup>3)</sup>, Ismayadi Ismayadi<sup>4)</sup>,  
Nilawati<sup>5)</sup>, Irma Valentina Manurung<sup>6)</sup>**

<sup>1\*)</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Columbia Asia, Medan,

<sup>2,6)</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Haji Sumatera Utara, Medan,

<sup>3,4)</sup> Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara, Medan,

<sup>5)</sup> Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Columbia Asia, Medan,

\*e-mail: damanik85@gmail.com

*Abstract*

*The incidence of respiratory arrest and cardiac arrest in the community is closely related to the epidemiology of heart disease. According to data from the Indonesian Ministry of Health in 2024, the prevalence of heart disease in Indonesia is 17 per 1000 people, increasing the risk of unpredictable occurrences of cardiac arrest and respiratory arrest. Adolescents, as members of both family and community, must possess basic skills in providing basic life support (BLS) to reduce the risk of death complications due to heart disease. The objectives of the BLS training conducted at SMA Al-Fityan Medan are to (1) provide health education on heart disease to adolescents, (2) teach adolescents their role in daily life to reduce the risk of heart disease from an early age, and (3) provide BLS training to adolescents. This community service activity (PKM) includes health education and a BLS demonstration. The training proved beneficial, with a significant increase in participants' knowledge, as evidenced by comparing pre-test and post-test results ( $p < .000$ ). Participants were also able to effectively perform BLS after the training. Education on heart disease and BLS training for adolescents is essential in preventing heart disease and its complications.*

*Keywords: Basic Life Support, Adolescent, Cardiovascular, SMA Al - Fityan Medan*

**Abstrak**

Kejadian henti napas dan henti jantung di komunitas memiliki keterkaitan erat dengan epidemiologi penyakit jantung. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2024, prevalensi penyakit jantung di Indonesia mencapai 17 dari 1000 orang, yang meningkatkan risiko henti jantung dan henti napas di lokasi yang tidak dapat diprediksi. Remaja, sebagai bagian dari keluarga dan komunitas, harus memiliki kemampuan dasar untuk memberikan bantuan hidup dasar (BHD) guna mengurangi komplikasi kematian akibat penyakit jantung. Tujuan pelatihan BHD yang dilakukan di SMA Al-Fityan Medan adalah untuk (1) memberikan edukasi kesehatan tentang penyakit jantung kepada remaja, (2) mengajarkan peran remaja dalam kehidupan sehari-hari untuk mengurangi risiko penyakit jantung sejak dini, dan (3) memberikan pelatihan BHD kepada remaja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini mencakup edukasi kesehatan dan demonstrasi BHD. Pelatihan ini terbukti bermanfaat, dengan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta, dibuktikan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test ( $p < .000$ ). Peserta juga mampu memberikan BHD dengan baik setelah pelatihan. Edukasi tentang penyakit jantung dan pelatihan BHD pada remaja penting dalam pencegahan penyakit jantung dan komplikasinya.

**Kata Kunci:** Bantuan Hidup Dasar, Remaja, Kardiovaskuler, SMA Al-Fityan Medan

**PENDAHULUAN**

Keterampilan Bantuan Hidup Dasar

(BHD) dapat diajarkan kepada masyarakat umum dan tidak hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan saja namun juga kepada masyarakat umum dengan memberikan edukasi dan pelatihan BHD awam. Saat ini diharapkan kepada setiap orang harus memiliki kemampuan dalam memberikan pertolongan bantuan hidup dasar (BHD) dimana kemampuan ini sangat dibutuhkan karena didalamnya telah diajarkan keterampilan dan teknik dasar dalam melakukan pertolongan kepada korban dari berbagai kecelakaan maupun kejadian yang tidak diharapkan (Purnomo et al., 2021)

Dalam menghadapi kondisi darurat seperti kecelakaan, tersedak dan lain sebagainya, diharapkan individu atau kelompok yang menemukan korban dapat segera memberikan pertolongan. Namun jika pemberi pertolongan tidak mengetahui cara memberikan bantuan hidup dasar yang baik dan benar, maka dapat berakibat fatal bagi korbannya. Oleh karena itu perlu diketahui tata cara pemberian pertolongan pertama. Setiap terjadi kejadian yang dapat mengancam nyawa atau seseorang mengalami henti napas atau jantung, seringkali petugas kesehatan terlambat datang ke lokasi kejadian sehingga dapat menyebabkan korban meninggal dunia tanpa adanya tindakan pertolongan pertama (A. Setiawati et al., 2008); (Watung, 2021).

Berdasarkan data terbaru dari WHO (World Health Organization) tahun 2024, terdapat sekitar 61 juta orang meninggal di seluruh dunia. Dari jumlah tersebut, sekitar 40.000-55.000 kematian disebabkan oleh kecelakaan dan bencana alam yang dapat berhubungan dengan henti napas dan henti jantung. Indonesia masih menempati peringkat tinggi dalam jumlah korban bencana alam, dengan estimasi lebih kurang 250.000 jiwa yang terpengaruh, termasuk kematian, luka-luka, dan cacat. Bencana alam di Indonesia menyebabkan kerugian yang signifikan baik dari segi materiil maupun korban jiwa. Kematian sering kali disebabkan oleh kegagalan oksigenasi organ vital, di mana ventilasi yang tidak memadai dapat menyebabkan gangguan oksigenisasi dan sirkulasi. Cedera sistem saraf pusat yang

berat dapat mengakibatkan ventilasi yang tidak adekuat atau kerusakan pada pusat regulasi di batang otak.

Pengetahuan dan keterampilan Bantuan Hidup Dasar (BHD) penting karena mengajarkan teknik dasar penyelamatan korban dari berbagai kecelakaan atau bencana sehari-hari yang biasa ditemui. Dengan persiapan yang matang berupa pelatihan kader dalam memberikan bantuan hidup dasar, diharapkan upaya tanggap darurat dapat lebih cepat dan tepat sehingga dapat meminimalisir jumlah korban. Sebab, ditangan merekalah terletak keberhasilan pembangunan dan pelatihan partisipasi masyarakat yang sangat penting bertujuan untuk menciptakan tingkat kesehatan masyarakat yang optimal (Yunus & Damansyah, 2021); (I. Setiawati et al., 2020).

Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar terhadap siswa SMAS Al-Fityan. Pengetahuan, pandangan, sikap dan keputusan pada siswa atau remaja sangat berpengaruh, tidak hanya bagi kelompok remaja sendiri namun bagi masyarakat pada umumnya. Selain itu, kegiatan daerah mamuju merupakan wilayah yang rawan terhadap kejadian bencana alam yaitu gempa, lonsor, banjir dan tsunami. Sehingga peningkatan jumlah orang yang terlatih dalam Bantuan Hidup Dasar (BHD) di Sekolah Menengah Atas (SMA Al-Fityan) akan memberikan akses yang besar untuk masuk dalam masyarakat.

## **METODE**

Proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari tiga tahapan, yaitu:

### **A. Tahap persiapan**

Kegiatan ini dilakukan atas dasar kurangnya kompetensi masyarakat tentang pelaksanaan bantuan hidup dasar. Sebelum pelaksanaan, dilakukan beberapa kali rapat yang mendiskusikan mengenai pematangan konsep, jadwal pelaksanaan, menentukan pembicara dan moderator, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Selain itu, juga dilakukan peninjauan dengan SMA Al-Fityan

Medan untuk mendapatkan persetujuan pelaksanaan kegiatan.

### **B. Tahap pelaksanaan**

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat, 23 Agustus 2024 dari pukul 09.00-12.00 WIB. Durasi total adalah 4 jam dipotong 1 jam pelaksanaan ibadah sholat Jumat dan istirahat makan siang. Kegiatan dibagi menjadi 2 sesi, yaitu Sesi I pemaparan materi (Gambar 3) dan Sesi II demonstrasi (Gambar 4). Sebelum memulai Sesi I, panitia mengadakan pre-test yang berisikan 5 pertanyaan yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Setelah proses ini, pemateri menyampaikan materi tentang BHD. Setelah sesi penjelasan, pemateri memberi kesempatan untuk berdiskusi dengan peserta. Terdapat 3 pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Sesi selanjutnya adalah sesi demonstrasi dimana seluruh peserta aktif dalam melakukan praktik BHD dan mengikuti rangkaian kegiatan dengan antusias. Di akhir kegiatan, panitia mengadakan post-test dengan 5 pertanyaan yang sama untuk mengevaluasi perubahan tingkat pemahaman peserta mengenai BHD setelah pelaksanaan pemaparan materi dan demonstrasi.

### **C. Tahap evaluasi**

#### **Evaluasi struktur**

Total siswa yang mengikuti kegiatan ini adalah 197 orang. Durasi pelaksanaan kegiatan adalah 3 jam ditambah 1 jam waktu untuk istirahat, makan, dan beribadah. Total waktu pelaksanaan ini berjalan sesuai dengan rencana dan dapat dimanfaatkan secara efektif. Secara keseluruhan, pelaksanaan kegiatan ini berjalan dengan lancar.

#### **Evaluasi proses**

Antusiasme peserta sangat baik. Hal ini ditunjukkan melalui interaksi aktif yang terjadi selama sesi tanya jawab dan juga demonstrasi. Pada akhir kegiatan, beberapa peserta diminta untuk berbagi kesan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan. Hasilnya menunjukkan bahwa peserta merasa kegiatan ini sangat penting dan bermanfaat karena menambah pengetahuan dan juga kemampuan praktis tentang BHD.

Sekolah SMAS Al-Fityan merupakan salah satu sekolah yang dipilih sebagai tempat melakukan kegiatan pengabdian Masyarakat yaitu edukasi dan pelatihan bantuan hidup dasar (BHD) kepada para siswa/siswi sebanyak orang. Kegiatan ini dilakukan agar para siswa dapat memiliki pengetahuan dan memahami cara pertolongan korban jika menemukan korban di lingkungan sekitar maupun disekolah SMAS Al-Fityan. Pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini para siswa dilatih melakukan BHD sesuai dengan pedoman AHA 2020 dan mensimulasikan bagaimana cara memindahkan dan mengangkat korban agar pertolongan yang diberikan dapat sesuai dengan prosedur dengan harapan korban dapat tertolong dengan baik.

Pada pelaksanaan pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan dengan 3 sesi dimana pada sesi 1 telah dilakukan pemberian materi edukasi Bantuan Hidup Dasar (BHD). Materi BHD yang diberikan yaitu Bantuan Hidup Dasar (BHD) yang meliputi definisi BHD, Pelaksanaan Resusitasi Jantung Paru (RJP) baik pada pertolongan yang diberikan pada tenaga Kesehatan terlatih dan khusus pemberian BHD pada penolong awam atau bukan tenaga Kesehatan terlatih.

Edukasi BHD ini bertujuan agar para siswa memiliki pengetahuan tentang pertolongan pertama dalam gawat darurat. Hal ini diharapkan kepada para peserta mampu mempersiapkan diri dan juga mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan selama proses pertolongan pertama dalam gawat darurat. Dengan dilakukannya pengabdian Masyarakat ini, diharapkan para siswa memiliki peningkatan pengetahuan dan sikap serta keterampilan dalam melaksanakan hal yang berkaitan dengan pemeliharaan, pertolongan dan perawatan Kesehatan. Dengan dilakukannya kegiatan ini, diharapkan pelayanan Kesehatan sekolah dapat dilaksanakan secara komprehensif dengan mengutamakan kegiatan promotive, dan preventif untuk mencapai derajat Kesehatan yang optimal (Purnomo et al., 2021); (Aini, 2019).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada kegiatan sesi 2 adalah dengan melakukan simulasi atau demonstrasi terkait pemberian BHD. Sebelum dimulai kegiatan simulasi semua peserta dibagi menjadi 5 orang siswa dan diberikan pendamping dari mahasiswa keperawatan semester IV kepada masing-masing kelompok dengan harapan dapat memfasilitasi dalam melakukan simulasi BHD. Kegiatan simulasi dilakukan dengan menggunakan Phantoom BHD dengan menggunakan format penilaian prosedur Bantuan Hidup Dasar berdasarkan American Heart Association Guidelines for CPR. Para peserta diajarkan cara mengevaluasi respon korban yang tidak sadarkan diri, cara meminta pertolongan, mengaktifkan Emergency Medical Service atau menghubungi layanan Public Safety Center (PSC) Kota Medan dengan menghubungi nomor layanan 119, cara memposisikan korban pada tempat yang keras dan rata, tidak memperkenankan untuk melakukan cek nadi bagi penolong awam, cara memposisikan tangan pada saat melakukan kompresi dada, cara membuka jalan napas, cara memeriksa pernapasan, dan cara memposisikan korban dengan posisi Recovery Position (Purnomo et al., 2022)

Keterampilan Bantuan Hidup Dasar (BHD) dapat diajarkan kepada masyarakat umum dan tidak hanya dilakukan oleh tenaga kesehatan saja namun juga kepada masyarakat umum dengan memberikan edukasi dan pelatihan BHD awam. Saat ini diharapkan kepada setiap orang harus memiliki kemampuan dalam memberikan pertolongan bantuan hidup dasar (BHD) dimana kemampuan ini sangat dibutuhkan karena didalamnya telah diajarkan keterampilan dan teknik dasar dalam melakukan pertolongan kepada korban dari berbagai kecelakaan maupun kejadian yang tidak diharapkan (Purnomo et al., 2021).

Dalam menghadapi kondisi darurat seperti kecelakaan, tersedak dan lain sebagainya, diharapkan individu atau kelompok yang menemukan korban dapat segera memberikan pertolongan. Namun jika pemberi pertolongan tidak mengetahui cara memberikan bantuan hidup dasar yang baik dan benar, maka dapat berakibat fatal bagi

korbannya. Oleh karena itu perlu diketahui tata cara pemberian pertolongan pertama. Setiap terjadi kejadian yang dapat mengancam nyawa atau seseorang mengalami henti napas atau jantung, seringkali petugas kesehatan terlambat datang ke lokasi kejadian sehingga dapat menyebabkan korban meninggal dunia tanpa adanya tindakan pertolongan pertama (A. Setiawati et al., 2008); (Watung, 2021).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) dalam Supriyantoro 2011, pada tahun 2005 terdapat 57,03 juta orang meninggal di seluruh dunia. Sekitar 35.000-50.000 diantaranya karena kecelakaan dan bencana alam yang diakibatkan oleh henti napas dan henti jantung. Dalam jumlah korban, Indonesia menempati peringkat kedua dunia, yaitu sebanyak lebih kurang 227.898 jiwa. Bencana alam di Indonesia mengakibatkan kerugian yang sangat besar, baik dari segi materi maupun jumlah korban (meninggal, luka – luka, maupun cacat). Korban yang meninggal dapat disebabkan oleh gagalnya oksigenasi adekuat pada organ vital. Ventilasi yang tidak adekuat dapat menyebabkan gangguan oksigenisasi dan gangguan sirkulasi, cedera SSP masif dapat mengakibatkan ventilasi yang tidak adekuat atau terjadinya rusaknya pusat regulasi pada batang otak (Nopa & Chalil, 2020).

Pengetahuan dan keterampilan Bantuan Hidup Dasar (BHD) penting karena mengajarkan teknik dasar penyelamatan korban dari berbagai kecelakaan atau bencana sehari-hari yang biasa ditemui. Dengan persiapan yang matang berupa pelatihan kader dalam memberikan bantuan hidup dasar, diharapkan upaya tanggap darurat dapat lebih cepat dan tepat sehingga dapat meminimalisir jumlah korban. Sebab, ditangan merekalah terletak keberhasilan pembangunan dan pelatihan partisipasi masyarakat yang sangat penting bertujuan untuk menciptakan tingkat kesehatan masyarakat yang optimal (Yunus & Damansyah, 2021); (I. Setiawati et al., 2020).

Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan Bantuan

Hidup Dasar terhadap siswa SMAS Al - Fityan. Pengetahuan, pandangan, sikap dan keputusan pada siswa atau remaja sangat berpengaruh, tidak hanya bagi kelompok remaja sendiri namun bagi masyarakat pada umumnya. Selain itu, kegiatan daerah mamuju merupakan wilayah yang rawan terhadap kejadian bencana alam yaitu gempa, lonsor, banjir dan tsunami. Sehingga peningkatan jumlah orang yang terlatih dalam Bantuan Hidup Dasar (BHD) di Sekolah Menengah Atas (SMAS Al - Fityan) akan memberikan akses yang besar untuk masuk dalam masyarakat.

Edukasi BHD ini bertujuan agar para siswa memiliki pengetahuan tentang pertolongan pertama dalam gawat darurat. Hal ini diharapkan kepada para peserta mampu mempersiapkan diri dan juga mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan selama proses pertolongan pertama dalam gawat darurat. Dengan dilakukannya pengabdian Masyarakat ini, diharapkan para siswa memiliki peningkatan pengetahuan dan sikap serta keterampilan dalam melaksanakan hal yang berkaitan dengan pemeliharaan, pertolongan dan perawatan Kesehatan. Dengan dilakukannya kegiatan ini, diharapkan pelayanan Kesehatan sekolah dapat dilaksanakan secara komprehensif dengan mengutamakan kegiatan promotive, dan preventif untuk mencapai derajat Kesehatan yang optimal (Purnomo et al., 2021); (Aini, 2019).

Pada kegiatan sesi 2 adalah dengan melakukan simulasi atau demonstrasi terkait pemberian BHD. Kegiatan simulasi dilakukan dengan menggunakan Phantoom BHD dengan menggunakan format penilaian prosedur Bantuan Hidup Dasar berdasarkan *American Heart Association Guidelines for CPR*. Para peserta diajarkan cara mengevaluasi respon korban yang tidak sadarkan diri, cara meminta pertolongan, mengaktifkan Emergency Medical Service atau menghubungi layanan *Public Safety Center (PSC)* Kota Medan dengan menghubungi nomor layanan 119, cara memposisikan korban pada tempat yang keras dan rata, tidak memperkenankan untuk melakukan cek nadi bagi penolong awam,

cara memposisikan tangan pada pada saat melakukan kompresi dada, cara membuka jalan napas, cara memeriksa pernapasan, dan cara memposisikan korban dengan posisi *Recovery Potition* (Purnomo et al., 2022)



Gambar 1: Pendampingan Oleh Tim Dosen





**Gambar 2: Pendampingan Bersama Instruktur Dari Himpunan Perawat Gawat Darurat dan Bencana Indonesia (HIPGABI) Sumatera Utara**

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pemberian materi edukasi dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD), yang dilakukan dengan tiga sesi yaitu; pada sesi satu telah diberikan edukasi Bantuan Hidup Dasar (BHD), kemudian pada sesi ke dua melakukan simulasi atau demonstrasi terkait pemberian BHD. Pada kegiatan sesi akhir kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMAS Al-Fityan telah dilakukan perlombaan ketangkasan dalam melakukan BHD kepada masing-masing perwakilan. Dengan terlaksananya kegiatan ini maka diharapkan para peserta yaitu siswa SMAS Al-Fityan telah memahami materi penyuluhan dan pelatihan BHD, terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan BHD dan para siswa diharapkan mampu mempraktekkan serta mengimplementasikan dalam melakukan BHD dengan baik dan benar jika mendapatkan korban yang membutuhkan pertolongan pertama khususnya pada korban yang membutuhkan pertolongan BHD.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. N. (2019). PKM Pelatihan Pertolongan Pertama Dalam Gawat Darurat Pada Orang Awam. *Jurnal Implementasi Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JIPMK)*, 1(2).
- AHA, "CPR and ECC Guidelines | American Heart Association CPR & First Aid," 2020. [Online]. Available: <https://cpr.heart.org/en/resuscitation-science/cpr-and-ecc-guidelines>
- Basri, A. H., & Istiroha, I. (2019). Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD) Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menolong Korban Kecelakaan Pada Tukang Ojek. *Journal of Ners Community*, 10(2), 185–196.
- Nopa, I., & Chalil, M. J. A. (2020). Penyuluhan Dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Bagi Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Implementa Husada*, 1(1), 77–83.
- Purnomo, E., Nasir, A., Pulungan, Z. S. A., & Nur, A. (2022). Pengaktifan Ems (Emergency Medical System) Sederhana Dengan Metode Act FAST Terhadap Penanganan Kegawat Daruratan Pasien Stroke di Kelurahan Mamunyu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(4), 411–419.
- Purnomo, E., Nur, A., Pulungan, Z. S. A., & Nasir, A. (2021). Pengetahuan Dan Keterampilan Bantuan Hidup Dasar Serta Penanganan Tersedak Pada Siswa SMA. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(1), 42–48.
- Setiawati, A., Darmansjah, I., Mulyarjo, M., Parwati, D. R., Faiz, F., & Soemantri, R. D. (2008). The Efficacy Of Rhinos® SR On Nasal Resistance And Nasal Symptoms In Patients With Perennial Allergic Rhinitis: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Study. *Medical Journal of Indonesia*, 17(2), 114–126.
- Setiawati, I., Utami, G. T., & Sabrian, F. (2020). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Perawat Tentang Kesiapsiagaan Pelayanan Kesehatan Dalam Menghadapi Bencana Banjir. *Jurnal Ners Indonesia*, 10(2), 158.
- Watung, G. I. V. (2021). Edukasi Pengetahuan dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Pada Siswa Remaja SMA Negeri 3 Kotamobagu. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 2(1), 21–27.
- Yunus, P., & Damansyah, H. (2021).

Pengaruh Simulasi Tindakan Resusitasi Jantung Paru (RJP) Terhadap Tingkat Motivasi Siswa Menolong Korban Henti Jantung Di Sma Negeri 1 Telaga. Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan), 6(1).