

## Keterampilan Bagi Pelatih dan *Official* Berbagai Cabang Olahraga Mengenai Bantuan Hidup Dasar

Ni Wayan Rusni<sup>1\*</sup>, Tanjung Subrata<sup>1</sup>, Asri Lestari<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa

\*Email: rusrohinidd@gmail.com

### Abstrak

Risiko cedera mulai dari ringan hingga fatal dapat saja terjadi pada setiap aktivitas fisik termasuk dalam kompetisi olahraga. Oleh karena itu, ketepatan dan kecepatan pertolongan yang diberikan menentukan proses penyembuhan pada cedera yang dialami. Komplikasi yang lebih parah dapat saja terjadi apabila terjadi kesalahan ketika pertama kali dilakukan pertolongan. Untuk menghindari hal tersebut adalah menjadi sangat penting bagi *official* pertandingan mendapatkan pelatihan dalam upaya memberikan pertolongan untuk pertama kalinya, terlebih lagi *official* yang bertugas mendampingi atlet saat pertandingan. Pelatihan yang diberikan berupa keterampilan resusitasi jantung paru (RJP) dan *first aid training*, menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan ( $p=0,000$ ) yang dianalisis dari hasil *pretest* dan *post test* setelah pemberian materi dan pelatihan diberikan. Selain itu peserta pelatihan tampak sangat antusias mengikuti keseluruhan rangkaian kegiatan. Observasi langsung dilakukan saat kegiatan memperlihatkan banyak peserta yang mengajukan pertanyaan serta tingginya antusiasme peserta untuk langsung mencoba melakukan kegiatan simulasi yang telah diajarkan.

**Kata kunci** : keterampilan, pelatih, RJP, Olahraga

### Abstract

*[Skills for Coaches and Officials of Various Sports Regarding Basic Life Support]*

The risk of injury ranging from mild to fatal can occur in any physical activity, including in sports competitions. Therefore, the accuracy and speed of assistance provided determines the healing process for the injury experienced. More serious complications can occur if an error occurs when first aid is provided. To avoid this, it is very important for match officials to receive training in an effort to provide assistance for the first time, especially as officials are the ones tasked with accompanying athletes during matches. The training provided in the form of cardiopulmonary resuscitation (CPR) skills and first aid training, showed a significant increase in participants' knowledge ( $p=0.000$ ) which was analyzed from the pretest and posttest results after the material was provided and the training was provided. Apart from that, the training participants seemed very enthusiastic about participating in the entire series of activities. Direct observations carried out during the activity showed that many participants asked questions and the high enthusiasm of the participants to immediately try to carry out the simulation activities that had been taught.

**Keywords:** skills, trainer, RJP, sports

## PENDAHULUAN

Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Provinsi Bali setiap dua tahun sekali mengadakan kompetisi berbagai cabang olahraga */multievent* yang diselenggarakan secara bergiliran di tiap-tiap kabupaten/kota di Provinsi Bali. Acara tersebut dikenal sebagai Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Bali, yang pada bulan September tahun 2019 akan diselenggarakan di Kabupaten Tabanan. Kabupaten Badung telah berpartisipasi sejak PORPROV I dan telah menjadi juara umum tujuh kali berturut-turut, pada acara PORPROV ke VIII tahun 2019 ini Kabupaten Badung akan menurunkan sekitar 1000 atlet, pelatih dan *official*.

Risiko kecelakaan, cedera ringan hingga fatal bahkan kematian pada atlet dapat saja terjadi pada setiap pertandingan olahraga yang dilangsungkan<sup>(1)</sup>. Pada PORPROV ke VI di Singaraja tahun 2015 telah terjadi kematian atlet Judo saat pertandingan, yang kemungkinan disebabkan oleh terlambatnya pertolongan yang diberikan. Kondisi pada saat itu, di mana pelatih maupun *official* tidak mampu melakukan pertolongan pertama pada kecelakaan tersebut karena kurangnya pengetahuan maupun keterampilan yang mereka miliki. Hal tersebut mendasari pelatih maupun *official* perlu memperoleh pelatihan dalam memberikan pertolongan pertama saat terjadi cedera agar selain dapat menyelamatkan nyawa juga agar tidak memperparah terjadinya cedera akibat cara menolong yang keliru<sup>(2)</sup>.

### Masalah Prioritas Mitra

KONI Badung memiliki pelatih dan *official* yang berjumlah setidaknya sampai 100 orang. Potensi tinggi risiko terjadinya cedera pada setiap pertandingan yang dilangsungkan dapat saja terjadi<sup>(1,2)</sup>. Pada setiap berlangsungnya turnamen kejuaraan akan terlibat banyak atlet didampingi oleh pelatih maupun *official* dalam pertandingan. Ketika kemungkinan terjadi kecelakaan ataupun cedera saat pertandingan berlangsung, maka komponen pelatih dan *official*-lah yang berada paling dekat dan paling awal yang dapat

memberikan pertolongan. Oleh karena itu, pihak pelatih dan *official* harusnya memiliki kemampuan yang mumpuni dalam melakukan pertolongan pertama tersebut.

Informasi melalui wawancara langsung dengan pelatih maupun *official* diketahui bahwa kegiatan pelatihan terkait pertolongan saat terjadi cedera masih jarang, bahkan sebagian pelatih dan *official* yang baru terlibat belum pernah mengikuti pelatihan. Disisi lain kemampuan dalam memberikan pertolongan tersebut harus menjadi salah satu modal utama mereka ketika menjadi garda terdepan dilapangan ketika dilangsungkan pertandingan.

Mengingat dasar permasalahan yang ditemui tersebut, maka dipandang sangat diperlukan upaya peningkatan pengetahuan maupun kemampuan pelatih maupun *official* melalui pelatihan keterampilan pertolongan pertama saat terjadi kecelakaan (*first aid training*) termasuk melakukan resusitasi jantung paru (*cardiorespiratory recucitation*) apabila diperlukan pada kondisi adanya henti jantung dan gagal nafas<sup>(1,2)</sup>.

## METODE PEMECAHAN MASALAH

Solusi yang dapat diberikan berdasarkan permasalahan utama yang dialami oleh mitra khususnya terkait dalam bidang kesehatan diantaranya adalah sebagai berikut:

- Pemberian materi melalui teknik penyuluhan serta dialog interaktif mengenai resusitasi jantung paru dan *first aid training*.
- Memberikan pelatihan keterampilan bagi pelatih dan *official* KONI Badung dalam melakukan resusitasi jantung paru dan *first aid training*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program diawali dengan pembukaan acara pelatihan dan pemberdayaan *official* dan pelatih oleh ketua KONI Badung. Setelah acara seremonial, para peserta kemudian menjawab *pre test* yang diberikan. Pre test tersebut bertujuan untuk mengetahui level pengetahuan peserta kegiatan mengenai

materi yang akan disampaikan. Penyampaian materi terkait bantuan hidup dasar yang mencakup resusitasi jantung paru dan pemberian pertolongan pertama pada kecelakaan diberikan selama kurang lebih dua jam. Penyampaian materi dilanjutkan dengan melakukan simulasi langsung bersama semua peserta dalam kelompok-kelompok kecil bersama pendamping masing-masing. Post test kemudian dilakukan kembali setelah

penyampaian materi, diskusi serta pelatihan diberikan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kedalaman penyerapan pengetahuan oleh peserta pelatihan.

Dari keseluruhan peserta yang datang mengikuti pelatihan terkumpul masing-masing sejumlah 33 hasil *pretest* dan *posttest* yang dapat dievaluasi secara utuh. Hasil penilaian tingkat pengetahuan serta karakteristik peserta pelatihan dapat dilihat dalam Gambar 1.

Karakteristik Peserta pelatihan	Frekuensi (n)	Mean	Standar deviasi	Persentase	Signifikansi (p)
Jenis kelamin					
Laki-laki	22			66,7	
Perempuan	11			33,33	
Usia	33	38,52	10,70		
Nilai <i>pretest</i>	33	1,76	0,90		p = 0,000
Nilai <i>posttest</i>	33	7,48	1,60		

Gambar 1 Gambaran karakteristik peserta pelatihan

Keseluruhan peserta yang mengikuti pelatihan berasal dari berbagai cabang olahraga yang akan dipertandingkan. Berdasarkan gambar 1, maka dapat diketahui bahwa rata-rata usia peserta pelatihan adalah  $38,52 \pm 10,70$  dengan jumlah total peserta laki-laki hampir dua kali lipat dari jumlah peserta perempuan. Persentase peserta laki-laki adalah 66,67% (22 orang) sedangkan persentase peserta perempuan adalah 33,33% (11 orang). Berdasarkan hasil analisis usia peserta pelatihan dapat diketahui bahwa usia peserta pelatihan beragam. Hal ini dapat dilihat dari besarnya standar deviasi usia peserta yang mencapai  $\pm 10,70$  sesuai yang ditunjukkan dalam gambar 1.

Tingkat pengetahuan awal peserta pelatihan dapat dikatakan sangat kurang, dimana dari 10 soal *pretest* yang diberikan rata-rata hanya 1 sampai 2 pertanyaan yang dapat dijawab dengan benar, itupun belum dapat diketahui apakah jawaban benar tersebut karena memang peserta mengetahui jawabannya atau kebetulan tebakan jawaban mereka benar. Penilaian

*pretest* dan *posttest* didasarkan pada jumlah jawaban benar yang mampu dijawab oleh peserta. Jika keseluruhan pertanyaan dapat dijawab dengan benar, maka nilai maksimal yang dapat diperoleh adalah 10.

Berdasarkan hasil analisis nilai *pretest* dan *posttest* para peserta pelatihan diperoleh nilai rata-rata hasil *pretest* adalah 1,76 sedangkan nilai rata-rata hasil *posttest* adalah 7,48. Hal ini menunjukkan adanya perbaikan tingkat pengetahuan peserta yang signifikan ( $p = 0,000$ ) setelah diberikan pelatihan.



Gambar 2. Pemberian Materi



Gambar 3. Diskusi dan tanya jawab



Gambar 4. Simulasi dan praktik langsung

Pemberian materi dilakukan selama kurang lebih 90 menit. Setelah itu dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Dari hasil observasi peserta tampak antusias mendengarkan penyampaian materi yang diberikan. Hal ini tampak tidak hanya pada terfokusnya perhatian peserta saat materi disampaikan, tetapi juga tampak dari pertanyaan yang diajukan oleh peserta saat sesi diskusi dilaksanakan. Terdapat sekitar 10 orang yang ingin mengajukan pertanyaan, tetapi hanya 8 orang peserta yang diberikan kesempatan bertanya. Jumlah peserta dibatasi karena keterbatasan

waktu yang masih tersisa untuk sesi tanya jawab tersebut. Pertanyaan yang diajukan oleh peserta diberikan tanggapan langsung oleh narasumber. Partisipasi aktif dari peserta pelatihan telah mencapai target sesuai dengan indikator capaian dalam program ini.

### SIMPULAN

Kegiatan yang dilaksanakan memperoleh respon baik dari pihak terkait serta para peserta pelatihan yang terdiri dari para pelatih dan *official* KONI Badung yang merupakan sasaran dalam kegiatan ini. Peningkatan pengetahuan serta peningkatan keterampilan yang signifikan mampu meningkatkan kapasitas serta kemampuan mereka sebagai pelatih dalam melaksanakan tugasnya dilapangan dengan lebih baik.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel jurnal ini ditulis berdasarkan hasil pengabdian yang dibiayai oleh Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa Program Hibah Pengabdian kepada Masyarakat tahun 2019. Isi sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

### DAFTAR PUSTAKA

1. American Heart Association Guidelines Update for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care, 2015. Adult Basic Life Support and Cardiopulmonary Resuscitation Quality. *Circulation*, 132(2):S414-435
2. American Red Cross, 2015. American Red Cross Basic Life Support for Healthcare Providers Handbook. The American National Red Cross.