

## Pelatihan Bantuan Hidup Dasar dan Pemberdayaan Kelompok Remaja di SMAN 1 Kintamani

Gde Candra Yogiswara<sup>1\*</sup>, Putu Gde Hari Wangsa<sup>1</sup>, Ida Kurniawati<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Prodi Profesi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

<sup>2</sup> Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

\*Email : gcy.yogichiy@gmail.com

### Abstrak

Bantuan hidup dasar (BHD) merupakan hal penting yang tidak diketahui oleh banyak orang. Hal tersebut dikarenakan minimnya informasi dan pelatihan yang berkaitan dengan tindakan BHD tersebut. Dalam kegiatan ini, mitra dari program kemitraan masyarakat (PKM) kami adalah kelompok remaja di SMAN 1 Kintamani. Dengan permasalahan prioritas yang ditetapkan adalah: 1) Kurangnya pengetahuan tentang kejadian gawat darurat pada kehidupan sehari-hari dan 2) Pengetahuan tentang tindakan pertolongan pada kejadian gawat darurat pada henti jantung dan henti napas. Solusi yang diusulkan adalah: 1) pemberian penyuluhan terkait kegawatdaruratan medis pada masyarakat awam, 2) pelatihan bantuan hidup dasar dalam upaya pertolongan pada kegawatdaruratan medis henti jantung dan henti napas pada masyarakat awam. Pada pelaksanaan kegiatan PKM ini, kami lakukan beberapa kegiatan dengan bertahap yang dimulai dari kegiatan sosialisasi, kemudian memberikan penyuluhan dan melakukan pelatihan, dan terakhir adalah melakukan evaluasi atas apa yang sudah diberikan kepada peserta PKM. Di awal saat kegiatan dilaksanakan, kami memberikan sosialisasi kepada pihak-pihak terkait untuk menjelaskan maksud dan tujuan dari diadakannya kegiatan PKM ini, kemudian kami memaparkan sasaran dan metode dari kegiatan kami serta peran dari pihak-pihak yang terlibat pada kegiatan ini. Kegiatan ini diikuti oleh 50 siswa yang tergabung dalam kelompok organisasi siswa (OSIS, PMR dan Pramuka) yang terdiri dari siswa kelas X hingga kelas XI, selanjutnya dilakukan penyuluhan kepada kelompok remaja di SMAN 1 Kintamani tersebut terkait kejadian kondisi kegawatdaruratan pada masyarakat awam, dan kemudian akan dilanjutkan dengan pelatihan bantuan hidup dasar pada kegawatdaruratan medis henti jantung dan henti napas. Setelah itu dilakukan *hands on* untuk masing-masing peserta dan kemudian dilakukan evaluasi setelah pelatihan dan setelah program selesai. Proses evaluasi dilaksanakan dengan metode kuis menggunakan 5 pertanyaan terkait isi materi dan diujikan pada waktu sebelum dan setelah kegiatan penyuluhan, kemudian evaluasi *hands on* dilaksanakan dengan mengadakan simulasi dan melakukan demo RJP pada manekin yang telah disiapkan. Kegiatan PKM yang telah kami lakukan ini mampu dan berhasil untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan dari seluruh peserta yang mengikuti kegiatan yang mana dari hasil evaluasi pre-test dan post-test didapatkan peningkatan nilai hasil evaluasi sebesar 26% dan meningkatnya keterampilan peserta dalam melakukan prosedur bantuan hidup dasar.

**Kata kunci** : henti jantung, henti napas, bantuan hidup dasar, kegawatdaruratan medis

### Abstract

[Basic Life Support Training and Youth Group Empowerment at SMAN 1 Kintamani]

Basic life support (BHD) is an important thing that many people don't know about. This is due to the lack of information and training related to BHD's actions. In this activity, the partners of our community partnership program (PKM) are youth groups at SMAN 1 Kintamani. The priority problems determined are: 1) Lack of knowledge about emergency events in everyday life and 2) Knowledge about aid measures for emergency events such as cardiac arrest and respiratory arrest. The proposed solutions are: 1) providing education regarding medical emergencies to lay people, 2) basic life support training in aiding medical emergencies of cardiac arrest and respiratory arrest to lay people. In implementing this PKM activity, we carry out several activities in stages starting with socialization activities, then providing counseling and conducting training, and finally evaluating what has been given to PKM participants. At the beginning when the activity was carried out, we provided outreach to related parties to explain the aims and objectives of holding this PKM activity, then we explained the targets and methods of our activities as well as the roles of the parties involved

*in this activity. This activity was attended by 50 students who were members of student organization groups (OSIS, PMR and Scouts) consisting of students from class X to class will be continued with basic life support training in medical emergencies such as cardiac arrest and respiratory arrest. After that, a hands-on was carried out for each participant and then an evaluation was carried out after the training and after the program was completed. The evaluation process was carried out using a quiz method using 5 questions related to the content of the material and tested before and after the counseling activity, then a hands-on evaluation was carried out by holding a simulation and carrying out an RJP demonstration on a mannequin that had been prepared. The PKM activity that we have carried out is capable and successful in increasing and increasing the knowledge of all participants who take part in the activity, where from the results of the pre-test and post-test evaluations, it was found that the evaluation results increased by 26% and increased the participants' skills in carrying out basic life support.*

**Keywords:** cardiac arrest, respiratory arrest, basic life support, medical emergency

## PENDAHULUAN

Bantuan hidup dasar (*Basic Life Support/BLS*) merupakan tindakan kegawatdaruratan yang dilakukan pada pasien yang mengalami henti jantung dan henti napas, yang mana kegiatan ini terdiri dari beberapa teknik seperti resusitasi jantung dan paru (RJP), dilakukan pada syok, dan pertolongan pertama dengan tujuan untuk mempertahankan hidup pasien hingga fasilitas bantuan datang atau hingga pasien pergi dari lokasi menuju tempat layanan kesehatan. BHD adalah suatu langkah pertama dalam pengenalan cepat pada pasien gawat darurat henti napas dan henti jantung dalam upaya untuk melakukan penanganan dan memberikan ventilasi darurat dan dukungan sirkulasi dalam kasus gawat darurat pada pernapasan atau jantung. Keterampilan pada BHD ini terdiri dari pernapasan dan kompresi dada yang dilakukan untuk membuat kondisi normal pada sirkulasi darah ke otak dan organ vital. Pada sebuah studi sebelumnya telah dilaporkan bahwa serangan jantung, aktivasi sistem layanan medis darurat (EMS), resusitasi jantung paru dini dan defibrilasi dapat membuat perbedaan waktu antara hidup dan mati<sup>(1-3)</sup>.

Cara untuk menaikkan tingkat kelangsungan hidup korban pada kasus henti jantung adalah melakukan bantuan hidup dasar yang dini dan tepat, bersama dengan defibrilasi awal<sup>(4,5)</sup>. Otak manusia selama serangan jantung mendadak dapat menahan hipoksia hanya selama 4-5 menit, dan kerusakan otak 5 menit selanjutnya mulai terjadi karena hipoksia, kerusakan otak permanen terjadi setelah menit kesepuluh.<sup>(6-9)</sup>

Pelatihan BHD yang sesuai aturan harus segera diterapkan, sehingga masyarakat harus diberikan pelatihan tentang bantuan hidup dasar. Jika BLS yang tepat dilakukan sampai tim penyelamat darurat tiba, maka ribuan orang per tahun dapat diselamatkan.

Dari hasil survey yang dilakukan pada sekolah, didapatkan bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan dan pelatihan bantuan hidup dasar pada siswa di Sekolah. Sehingga bisa disimpulkan bahwa pengetahuan kelompok remaja di SMAN 1 Kintamani tentang kegawatdaruratan medis henti jantung dan henti napas masih minim.

Berdasarkan pengamatan kami, situasi dan kondisi di wilayah kintamani saat ini sangatlah berbeda. Dimana saat ini kita bisa ketahui bahwa sangat banyak wisatawan yang berkunjung ke wilayah wisata di kintamani, baik berupa kunjungan singkat ataupun wisatawan yang menginap di daerah tersebut. Pada saat di luar jam sekolah, beberapa siswa kadang melakukan aktivitas sosial berupa kunjungan ke tempat wisata, berkumpul di balai desa, ataupun melakukan aktivitas ekstrakurikuler di luar sekolah. Pada kondisi tertentu yang tidak bisa diprediksi, kadang tidak jarang juga ditemukan adanya kecelakaan atau kegawatdaruratan medis yang mana pada saat itu para siswa dari kelompok remaja ini bisa menjadi salah satu orang yang bisa berperan penting dalam memberikan pertolongan. Masalah Prioritas pada mitra adalah pengetahuan tentang kegawatdaruratan medis henti jantung dan henti napas masih kurang serta pengetahuan dan keterampilan pemberian pertolongan bantuan hidup dasar masih rendah.

## METODE

Pelaksanaan PKM ini dilakukan pada tanggal 16 Februari 2024 pada pkl. 09.00 s/d 12.00 Wita bertempat di ruang laboratorium SMAN 1 Kintamani, Desa Bayung Gede. Pelaksanaan PKM ini menggunakan metode interaktif yang dilakukan dengan beberapa cara berupa pemberian materi khusus BHD, kemudian melakukan diskusi beberapa kasus dan kaitannya dengan materi BHD, selanjutnya barulah dilakukan demonstrasi oleh pemberi materi dan kemudian peserta melakukan simulasi BHD pada manekin yang digunakan sebagai pengganti pasien yang mengalami henti jantung atau nafas, kemudian dilakukan pendampingan langsung kepada peserta, serta dilakukan evaluasi pada pelaksanaan BHD yang dilakukan oleh peserta pada tahap simulasi. Pada pelaksanaan pemaparan dan penyuluhan materi, hal-hal yang disampaikan yaitu berupa konsep dari *basic life support* (bantuan hidup dasar) serta langkah-langkah dari pelaksanaan bantuan hidup dasar yang berdasarkan dari panduan bantuan hidup dasar dari *American Heart Association*. Pada materi tentang pengetahuan Bantuan Hidup Dasar dilakukan kegiatan *pretest* dan *postest* yang bertujuan untuk menilai tingkat pengetahuan dan wawasan serta membandingkan perubahan pengetahuan masing-masing siswa sebelum dilaksanakannya kegiatan pelatihan BHD dan sesudah pelatihan BHD. *Pretest* dan *postest* dilakukan pada kegiatan ini adalah dengan menjawab soal dari pemateri melalui *Link Google form* yang telah disediakan. Soal yang diujikan pada kegiatan ini dari pertanyaan *pretest* dan *postest* berjumlah sebanyak 5 buah soal yang isi dan bobot soalnya sama, serta isi dari soal-soal tersebut adalah materi yang berkaitan dengan penyuluhan dan pelatihan yang diberikan oleh narasumber.

Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi dan simulasi BHD menggunakan manekin sebagai pengganti dari korban atau pasien yang mengalami

henti napas atau jantung, pada metode kegiatan ini tim pengusul memberikan pendampingan secara langsung, monitoring dan evaluasi pada pelaksanaan kegiatan bantuan hidup dasar yang dilakukan oleh masing-masing peserta.

Materi yang diberikan kepada mitra dilakukan dengan metode ceramah yang mana dalam hal ini mencangkup : konsep-konsep dasar dari tindakan bantuan hidup dasar yang mana hal tersebut terdiri dari : definisi, tujuan BHD, manfaat dari dilakukannya BHD, prinsip-prinsip pelaksanaan BHD, indikasi melakukan BHD, persiapan untuk penolong, langkah-langkah dari pelaksanaan tindak BHD, kemudian hal-hal yang diperhatikan pada saat melakukan tindakan bantuan hidup dasar, komponen yang harus ada saat memberikan tindakan BHD, serta komplikasi apa saja yang bisa terjadi dalam pelaksanaan tindakan bantuan hidup dasar pada korban atau pasien, dan lain-lain. Terakhir peserta diberikan kesempatan untuk mencoba praktek sendiri dengan ilustrasi kasus/kejadian yang mungkin dapat ditemui oleh peserta pelatihan.



**Gambar 1** Penyuluhan (no 1); Demonstrasi (no 2)



**Gambar 2** Praktek dan Evaluasi BHD  
**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Target jangka pendek dari diadakannya kegiatan ini yaitu bertujuan untuk memberikan wawasan dan membuat bertambahnya pengetahuan peserta terhadap tindakan bantuan hidup dasar serta meningkatkan minat dari seluruh peserta dalam rangka mengadaptasi dan mengembangkan keterampilan pada tindakan bantuan hidup dasar. Kemudian manfaat yang bisa didapat dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan bantuan hidup dasar ini yaitu bertambahnya wawasan peserta yang berkaitan dengan bantuan hidup dasar, sehingga besar harapannya bahawa kelak seluruh peserta ini dapat memberikan dan melakukan tindakan bantuan hidup dasar dengan tepat pada korban atau pasien yang mengalami henti napas dan henti jantung.

Kegiatan PKM dalam rangka memberikan penyuluhan dan pelatihan tindakan Bantuan Hidup Dasar telah dilaksanakan kepada peserta pada hari Jumat tanggal 16 Februari 2024, yang dimulai pada pukul 09.00 hingga pukul 13.00 WITA. Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilakukan dengan baik oleh tim dan sudah terlaksana sesuai dengan rencana yang dijalankan. Kegiatan pelatihan BHD ini diikuti oleh sebanyak 50 peserta, yang terdiri dari beberapa elemen siswa yang tergabung di ekstrakurikuler Pramuka, OSIS dan PMR.

Kegiatan PKM bantuan hidup dasar ini

telah diikuti oleh sebanyak 50 peserta yang mana dari total peserta tersebut terdiri dari 40 perempuan dan 10 laki-laki, tergabung dari siswa kelas X hingga kelas XI. Pada identifikasi awal diketahui bahwa semua siswa belum pernah tahu ataupun mengikuti kegiatan terkait bantuan hidup dasar. Berdasarkan dari hasil penilaian pada pretes didapatkan skor rata-rata dari jawaban siswa adalah 71/100, sedangkan pada hasil penilaian post tes didapatkan nilai rata-rata 97/100. Maka jika kita lihat dari hasil *pretest* dan *posttest* yang dikerjakan peserta setelah kegiatan penyuluhan dan pelatihan BHD, kami mendapatkan peningkatan hasil yaitu sebesar 26%, pada pengabdian lain yang serupa didapatkan hasil berupa nilai rata-rata *pretest* tentang pelatihan bantuan hidup dasar sebesar 58,77 dan Nilai rata-rata *posttest*-nya adalah 68,42. Sehingga berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* yang telah dikerjakan peserta pelatihan bantuan hidup dasar terjadi peningkatan sebesar 16,41%.<sup>(10)</sup> Dengan adanya hasil tersebut diatas, dapat kami asusmsikan bahwa kegiatan PKM yang telah kami lakukan ini mampu dan berhasil untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan dari seluruh peserta yang mengikuti kegiatan PKM bantuan hidup dasar yang kami adakan. Kemudian pembelajaran yang dibentuk dalam metode penyuluhan dan pemberian pelatihan dengan materi BHD ini berfokus pada target untuk meningkatkan dan menambahkan suatu wawasan serta membuat keterampilan peserta dalam melaksanakan tindakan BHD bisa sejalan dengan meningkatnya pengetahuan tentang bantuan hidup dasar pada masing-masing individu.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan PKM ini telah mencapai target yang sesuai dengan harapan tim pelaksana kegiatan, yang mana hal tersebut ditunjukkan dari antusiasme peserta yang cukup tinggi, kemudian semangat dan keinginan yang luar biasa. Pada kegiatan ini peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan terkait bantuan hidup dasar. Hasil tersebut nampak

dari adanya peningkatan nilai post-test yang cukup signifikan dan keterampilan bantuan hidup dasar yang dipraktekkan oleh para peserta. Kegiatan inipun mendapat respon yang baik dari mitra, bahwa penulhan dan pelatihan yang kami berikan mampu memberikan suatu wawasan dan pengetahuan yang sebelumnya masih awam untuk mereka ketahui, sehingga mitra mengucapkan banyak terima kasih dan berharap kegiatan pengabdian semacam atau seperti PKM ini bisa dilakukan Kembali di Sekolah tersebut.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Program PKM ini mendapatkan bantuan dana hibah PKM dari Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Warmadewa Tahun 2023. Terima kasih juga kami sampaikan kepada pihak-pihak yang ikut berperan dan membantu pelaksanaan kegiatan ini, terutama tim dosen dan mahasiswa kemudian juga kepala sekolah SMAN 1 Kintamani sebagai perwakilan dari pihak mitra.

### DAFTAR PUSTAKA

- Bell K, Twig J, Bernie RO. Alabama Pharmacy Association. 2018. Hypertension: The Silent Killer: Update JNC-8 Guideline Recommendations.
- Bakran K, Šribar A, Šerić M, Antić-Šego G, Božić MA, Prijić A, et al. Cardiopulmonary resuscitation performed by trained providers and shorter time to emergency medical team arrival increased patients' survival rates in Istra County, Croatia: a retrospective study. *Croat Med J* [Internet]. 2019 Aug;60(4):325–32. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6734581/>
- Perkins GD, Handley AJ, Koster RW, Castrén M, Smyth MA, Olasveengen T, et al. European Resuscitation Council Guidelines for Resuscitation 2015. *Resuscitation* [Internet]. 2015 Oct;95:81–99. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0300957215003275>
- Gates S, Quinn T, Deakin CD, Blair L, Couper K, Perkins GD. Mechanical chest compression for out of hospital cardiac arrest: Systematic review and meta-analysis. *Resuscitation* [Internet]. 2015 Sep;94:91–7. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S030095721500310X>
- Hasselqvist-Ax I, Riva G, Herlitz J, Rosenqvist M, Hollenberg J, Nordberg P, et al. Early Cardiopulmonary Resuscitation in Out-of-Hospital Cardiac Arrest. *N Engl J Med* [Internet]. 2015 Jun 11;372(24):2307–15. Available from: <http://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMoa1405796>
- Lee K. Cardiopulmonary Resuscitation: New Concept. *Tuberc Respir Dis (Seoul)* [Internet]. 2012;72(5):401. Available from: <http://e-trd.org/journal/view.php?doi=10.4046/trd.2012.72.5.401>
- Shemie SD, Gardiner D. Circulatory Arrest, Brain Arrest and Death Determination. *Front Cardiovasc Med* [Internet]. 2018 Mar 13;5. Available from: <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fcvm.2018.00015/full>
- Nishiyama C, Brown SP, May S, Iwami T, Koster RW, Beesems SG, et al. Apples to apples or apples to oranges? International variation in reporting of process and outcome of care for out-of-hospital cardiac arrest. *Resuscitation* [Internet]. 2014 Nov;85(11):1599–609. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0300957214006418>
- Sasson C, Rogers MAM, Dahl J, Kellermann AL. Predictors of Survival From Out-of-Hospital Cardiac Arrest. *Circ Cardiovasc Qual Outcomes* [Internet]. 2010 Jan;3(1):63–81. Available from: <https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/CIRCOUTCOMES.109.889576>

10. Sari T, Gusti RK, Allyssa JP. Pelatihan Dan Pedampingan Pelaksanaan Basic Life Support Di Kalangan Remaja. Pros SENAPENMAS [Internet]. 2021 Nov 18;633. Available from: <https://journal.untar.ac.id/index.php/PSENAPENMAS/article/view/15064>