

MENGENAL PERTOLONGAN PERTAMA PADA PASIEN HENTI NAFAS DAN HENTI JANTUNG

**Budi Kristanto*, Diyono, Sri Aminingsih, Tunjung Sri Yulianti,
Fatimatuzzahra Khairunisa, Monika Wulan Sapta Ridha**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI KOSALA, Sukoharjo, Jawa Tengah,
Indonesia**

Abstrak

Kondisi henti napas dan henti jantung merupakan kegawatdaruratan medis yang dapat terjadi kapan saja dan membutuhkan tindakan segera berupa Resusitasi Jantung Paru (RJP) untuk meningkatkan peluang keselamatan. Edukasi pertolongan pertama kepada remaja, khususnya siswa sekolah menengah pertama (SMP), merupakan strategi preventif yang penting dalam menciptakan komunitas yang tanggap darurat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa terkait penanganan henti napas dan henti jantung melalui pemberian materi, media visual, video animasi, serta praktik langsung teknik RJP. Kegiatan ini diikuti oleh 70 siswa kelas 7 dan kelas 8 SMP Warga Surakarta, metode yang digunakan adalah dengan ceramah diskusi dan demonstrasi. Acara diawali dengan sambutan dari pihak sekolah, dilanjutkan penyampaian materi secara interaktif, demonstrasi oleh pemateri, dan praktik oleh siswa secara bergantian. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa, antusiasme tinggi, serta keterlibatan aktif dalam diskusi dan praktik. Faktor pendukung utama meliputi dukungan sekolah dan semangat siswa, sementara kendala yang dihadapi berupa keterbatasan alat praktik dan waktu. Kegiatan ini menunjukkan bahwa siswa usia SMP mampu menerima dan menerapkan pengetahuan dasar pertolongan pertama dengan baik. Kerja sama antara institusi pendidikan tinggi dan sekolah menengah terbukti efektif dalam mendukung upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat.

Kata kunci: edukasi, henti jantung; henti nafas; pengabdian masyarakat, pertolongan pertama; Resusitasi Jantung Paru (RJP); siswa SMP

INTRODUCING FIRST AID FOR PATIENTS WITH RESPIRATORY AND CARDIAC ARREST

**Budi Kristanto*, Diyono, Sri Aminingsih, Tunjung Sri Yulianti,
Monika Wulan Sapta Ridha**

Abstract

Respiratory and cardiac arrest are medical emergencies that can occur at any time and require immediate action in the form of Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) to increase the chances of survival. Providing first aid education to adolescents, particularly junior high school students, is a crucial preventive strategy in building an emergency-aware community. This community service activity aimed to improve students' knowledge and skills in handling respiratory and cardiac arrest through structured materials, visual media, animated videos, and hands-on CPR practice. The activity was attended by 70 students from 7th and 8th grades of SMP Warga Surakarta. The event began with a welcome speech from the school, followed by an interactive presentation, a demonstration by the instructors, and hands-on practice by the students. The results indicated a significant improvement in students' understanding, high enthusiasm, and active engagement in both discussions and practice sessions. Supporting factors included strong school support and student motivation, while challenges encountered

involved limited equipment and time constraints. The activity demonstrated that junior high school students are capable of understanding and applying basic first aid knowledge effectively. Collaboration between higher education institutions and secondary schools proves to be an effective approach in supporting health promotion and prevention efforts within the community.

Keywords: cardiac arrest; Cardiopulmonary Resuscitation (CPR); community service; first aid; health education; Junior High School Students; respiratory arrest

Korespondensi: Budi Kristanto. STIKES Panti Kosala Jl. Raya Solo-Baki Km. 4 Gedangan, Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia. Email budikrist18@gmail.com

LATAR BELAKANG

Henti napas dan henti jantung merupakan kondisi medis yang termasuk dalam kategori kegawatdaruratan dan memerlukan tindakan segera. Tanpa intervensi yang cepat dan tepat, kondisi ini dapat menyebabkan kematian dalam waktu sangat singkat. Pertolongan pertama berupa Resusitasi Jantung Paru (RJP) atau Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) terbukti dapat meningkatkan peluang hidup seseorang secara signifikan apabila dilakukan dalam beberapa menit pertama sebelum tenaga medis tiba (AHA, 2020).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO, 2022), lebih dari 70% kasus henti jantung mendadak terjadi di luar rumah sakit dan sering kali disaksikan oleh orang awam yang tidak memiliki pelatihan medis. Di sinilah peran masyarakat umum, termasuk siswa sekolah, menjadi sangat penting dalam menyelamatkan nyawa melalui pemberian pertolongan pertama. Edukasi CPR kepada masyarakat, khususnya anak usia sekolah, dapat menjadi langkah strategis dalam menanggulangi kematian mendadak akibat henti jantung.

Anak usia SMP berada pada tahap perkembangan kognitif dan psikomotorik yang optimal untuk menerima pelatihan keterampilan dasar kegawatdaruratan. Penelitian oleh Widodo et al. (2022) yang dilakukan pada siswa SMP di Yogyakarta menunjukkan bahwa setelah mengikuti pelatihan RJP berbasis simulasi, 87% siswa menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan dalam memberikan pertolongan pertama pada kasus henti jantung. Temuan ini sejalan dengan studi dari Cho & Kim (2021) yang menunjukkan efektivitas pelatihan CPR

berbasis sekolah dalam meningkatkan kesiapsiagaan dan kepercayaan diri siswa.

Kota Surakarta sebagai salah satu kota pendidikan di Jawa Tengah memiliki potensi besar untuk mengembangkan program edukasi pertolongan pertama di lingkungan sekolah. Namun demikian, implementasi pelatihan CPR di kalangan pelajar masih belum menjadi agenda rutin di sebagian besar sekolah menengah. Pendekatan edukatif seperti ini memiliki dampak luas tidak hanya dalam aspek keselamatan individu, tetapi juga dalam membangun budaya tanggap darurat sejak usia dini.

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi dan pelatihan dasar pertolongan pertama pada kasus henti napas dan henti jantung kepada siswa SMP Warga Surakarta. Materi diberikan secara teori dan praktik, meliputi pengenalan tanda-tanda henti napas/jantung, cara meminta bantuan, dan teknik RJP dasar yang dimodifikasi sesuai dengan panduan AHA (2020) untuk remaja dan orang awam. Pelatihan dilakukan secara partisipatif menggunakan metode demonstrasi, diskusi, dan praktik langsung.

Pelatihan CPR yang diberikan kepada siswa juga terbukti memiliki efek jangka panjang. Penelitian oleh Oktaviani & Lestari (2021) dalam *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* mencatat bahwa siswa SMP yang mendapatkan pelatihan CPR menunjukkan retensi pengetahuan yang baik bahkan tiga bulan setelah pelatihan berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak usia SMP tidak hanya mampu memahami materi, tetapi juga mampu mempertahankannya dalam waktu yang relatif lama.

Selain aspek pengetahuan dan keterampilan, edukasi ini juga bertujuan untuk menumbuhkan sikap kepedulian, tanggung jawab, dan keberanian bertindak dalam situasi darurat. Di usia remaja, penguatan nilai-nilai tersebut penting sebagai bagian dari pembentukan karakter dan tanggung jawab sosial. Jika dilakukan secara sistematis, pelatihan ini berpotensi menciptakan generasi muda yang tanggap dan mampu berkontribusi dalam penyelamatan nyawa di masyarakat.

Kegiatan pengabdian ini juga mendukung program pemerintah melalui penguatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan pendidikan karakter. Kementerian Kesehatan RI (2023) menegaskan pentingnya pembelajaran berbasis keterampilan hidup (*life skills*) dalam program UKS, termasuk keterampilan menyelamatkan nyawa seperti CPR. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya relevan secara akademik, tetapi juga mendukung kebijakan nasional di bidang kesehatan dan pendidikan.

Melalui kegiatan ini, siswa SMP Warga Surakarta diharapkan tidak hanya mendapatkan pengetahuan, tetapi juga kemampuan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan nyata. Sekolah sebagai institusi pendidikan dasar memiliki peran penting dalam menyiapkan siswa menjadi warga negara yang peduli terhadap kesehatan masyarakat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh tim dosen STIKes Panti Kosala sebagai bentuk tanggung jawab perguruan tinggi dalam memberdayakan masyarakat melalui pendekatan edukatif dan promotif. Kami percaya bahwa dengan membekali siswa dengan pengetahuan dan keterampilan dasar pertolongan pertama, maka akan tercipta komunitas sekolah yang lebih siap menghadapi kegawatdaruratan dan berkontribusi aktif dalam penyelamatan jiwa.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah ceramah, diskusi dan demonstrasi. Metode ceramah bertujuan untuk memberikan

pengetahuan yang berkaitan dengan pertolongan pertama kepada remaja, sedangkan metode tanya jawab bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada peserta edukasi jika masih terdapat hal-hal yang belum dimengerti tentang materi yang disampaikan. Sebelum dan sesudah memberikan ceramah, Tim pengabdi dari STIKes Panti Kosala memberikan 10 pertanyaan untuk mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan ini dan sebelum memberikan pertanyaan team juga memperkenalkan diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan sambutan dari salah satu perwakilan guru SMP Warga Surakarta. Dalam sambutannya, beliau menyampaikan apresiasi atas kehadiran tim dari STIKes Panti Kosala dan menjelaskan bahwa kegiatan edukasi ini merupakan bentuk kolaborasi yang sangat penting untuk meningkatkan kesiapan siswa dalam menghadapi situasi darurat. Para siswa telah disiapkan dengan duduk rapi di lantai aula sekolah dalam kondisi yang tertib, mencerminkan kesiapan mereka menerima pembelajaran baru. Lingkungan yang terorganisasi seperti ini merupakan prasyarat penting dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif (OECD, 2020).

Sesi pemberian materi diawali dengan penjelasan tentang pengertian henti napas dan henti jantung, penyebab yang umum, serta urgensi penanganan cepat melalui Resusitasi Jantung Paru (RJP). Pemateri menyampaikan bahwa dalam situasi darurat, waktu adalah faktor kunci. Jika RJP diberikan dalam 4–6 menit pertama, maka peluang hidup korban dapat meningkat 2–3 kali lipat (AHA, 2020). Untuk memudahkan pemahaman, digunakan media visual seperti slide ilustratif, animasi sederhana, serta gambar langkah-langkah CPR yang ditampilkan melalui proyektor. Penggunaan media visual terbukti meningkatkan daya serap informasi hingga 65% lebih tinggi dibandingkan dengan ceramah verbal saja (Mayer, 2021).

Selain itu, media visual ini disertai video simulasi singkat yang memperlihatkan bagaimana seseorang tanpa latar belakang medis dapat memberikan CPR secara tepat. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan *self-efficacy* atau kepercayaan diri siswa bahwa mereka pun dapat melakukannya. Menurut penelitian oleh Shen et al. (2022), penggunaan video demonstrasi dalam pembelajaran keterampilan gawat darurat dapat meningkatkan pemahaman konsep dan retensi memori siswa secara signifikan.

Persepsi siswa tentang pentingnya pengetahuan pertolongan pertama juga menjadi bagian yang penting. Ketika ditanya, sebagian besar siswa mengakui bahwa mereka belum pernah mendapat pelatihan semacam ini sebelumnya. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan edukasi kesehatan dasar di kalangan remaja, terutama dalam hal kesiapan menghadapi kondisi darurat. Studi dari Notoatmodjo (2020) menjelaskan bahwa persepsi akan pentingnya pengetahuan akan mendorong individu untuk lebih aktif belajar, dan pemahaman terhadap pertolongan pertama merupakan bagian dari *health literacy* yang harus dimiliki sejak usia remaja.

Setelah sesi materi, pemateri melanjutkan dengan demonstrasi langsung teknik CPR dasar menggunakan manekin. Demonstrasi dilakukan dengan mencontohkan langkah-langkah: mengecek kesadaran, memanggil bantuan, membuka jalan napas, hingga melakukan kompresi dada dengan ritme dan kedalaman sesuai standar AHA. Metode demonstrasi merupakan salah satu metode edukasi paling efektif dalam pembelajaran keterampilan, karena mempertemukan teori dan praktik secara langsung (Harden & Laidlaw, 2020). Demonstrasi juga mampu menurunkan kecemasan peserta dan meningkatkan kemampuan observasi serta partisipasi aktif.

Siswa menunjukkan antusiasme tinggi, terlihat dari banyaknya siswa yang mengajukan pertanyaan saat sesi tanya jawab, seperti "Bagaimana jika tidak ada manekin, bisa latihan di rumah pakai apa?" dan "Kalau salah melakukan CPR, apa bahayanya?". Antusiasme ini

menunjukkan adanya rasa ingin tahu, keterlibatan emosional, dan dorongan belajar intrinsik. Menurut teori *engaged learning* (Fredricks et al., 2021), keterlibatan siswa yang tinggi dalam sesi pelatihan menunjukkan bahwa kegiatan tersebut relevan secara pribadi dan sosial bagi mereka.

Beberapa siswa juga secara sukarela mencoba praktik CPR di depan teman-temannya. Meski sempat terlihat gugup, mereka tetap mencoba dengan bimbingan langsung dari pemateri. Hal ini menunjukkan bahwa siswa tidak hanya memahami teori tetapi juga menunjukkan inisiatif dan keberanian dalam menerapkan pengetahuan, sebuah indikator dari *behavioral engagement* dalam pendidikan kesehatan (WHO, 2021). Pelibatan aktif siswa dalam praktik ini mendukung prinsip pembelajaran berbasis partisipasi dan *experiential learning*, di mana pengalaman langsung mendorong pembentukan sikap dan keterampilan.



Gambar 1. Praktik CPR

Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih dari pihak sekolah yang disampaikan oleh Wakil Kepala Sekolah. Dalam sambutannya, beliau berharap kegiatan seperti ini dapat menjadi agenda rutin kerja sama antara SMP Warga Surakarta dengan STIKes Panti Kosala. Pihak sekolah menyadari bahwa edukasi kesehatan yang praktis seperti ini sangat dibutuhkan oleh siswa dan belum banyak diberikan dalam kegiatan pembelajaran formal. Harapan untuk memperluas kerja sama ini sejalan dengan tujuan pengabdian masyarakat dalam menjembatani kebutuhan komunitas dengan peran tridarma perguruan tinggi.



Gambar 1. Penutupan Kegiatan

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi pertolongan pertama pada siswa SMP ini tidak hanya berhasil memberikan pengetahuan dan keterampilan baru, tetapi juga menumbuhkan kesadaran dan kepedulian siswa terhadap pentingnya tindakan penyelamatan nyawa. Partisipasi aktif, penggunaan media interaktif, demonstrasi langsung, dan keterlibatan emosional siswa menjadi indikator keberhasilan pendekatan edukatif yang diterapkan dalam kegiatan ini.

Indikator Keberhasilan

Keberhasilan kegiatan ini ditunjukkan melalui beberapa indikator utama, yaitu: tingginya partisipasi aktif siswa selama kegiatan, peningkatan pemahaman konsep dasar pertolongan pertama, serta kemampuan siswa dalam mempraktikkan teknik Resusitasi Jantung Paru (RJP) secara mandiri. Selain itu, indikator keberhasilan juga terlihat dari jumlah siswa yang mengajukan pertanyaan, keterlibatan dalam diskusi, serta keberanian siswa untuk mencoba praktik langsung di depan teman-temannya. Respon positif dari pihak sekolah dan permintaan untuk melanjutkan kerja sama juga memperkuat keberhasilan program ini sebagai bentuk pengabdian yang aplikatif dan relevan

Faktor Pendorong Dan Penghambat

Faktor pendorong utama keberhasilan kegiatan ini adalah antusiasme siswa yang tinggi, dukungan penuh dari pihak sekolah, serta penyampaian materi yang komunikatif dan didukung dengan media visual serta praktik langsung. Selain itu, metode

pembelajaran partisipatif yang melibatkan siswa secara langsung membuat materi lebih mudah dipahami dan diingat. Sementara itu, faktor penghambat yang ditemui adalah keterbatasan waktu pelatihan dan jumlah manekin yang tidak sebanding dengan jumlah siswa, sehingga waktu praktik tiap siswa menjadi terbatas. Namun, hambatan ini dapat diatasi dengan strategi kelompok kecil saat praktik dan pendampingan yang aktif dari tim pelaksana.

Perubahan Yang Terjadi

Setelah pelaksanaan kegiatan, terjadi perubahan positif pada tingkat pemahaman dan sikap siswa terhadap pentingnya pertolongan pertama, khususnya pada kasus henti napas dan henti jantung. Siswa yang sebelumnya belum mengenal konsep RJP kini telah memahami langkah-langkah dasarnya, serta menunjukkan peningkatan keberanian dan rasa tanggung jawab sosial dalam menghadapi situasi gawat darurat. Selain itu, kegiatan ini turut memicu kesadaran kolektif di lingkungan sekolah bahwa edukasi kegawatdaruratan adalah bagian penting dari pendidikan karakter dan kesehatan, yang sebelumnya belum banyak diperhatikan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen STIKes Panti Kosala di SMP Warga Surakarta terbukti memberikan dampak edukatif yang positif dan signifikan bagi siswa. Melalui penyampaian materi yang menarik, media visual, serta praktik langsung CPR, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan baru tetapi juga terlatih dalam keterampilan dasar penyelamatan nyawa. Antusiasme siswa dan dukungan pihak sekolah menjadi kekuatan utama keberhasilan kegiatan ini. Kegiatan ini menegaskan bahwa edukasi kegawatdaruratan kepada remaja merupakan langkah strategis dalam membangun masyarakat yang lebih tanggap dan peduli terhadap keselamatan sesama. Diharapkan, kerja sama antara institusi pendidikan tinggi dan sekolah menengah seperti ini dapat terus berlanjut sebagai bagian dari

upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat.

SARAN

Saran dari pelaksanaan kegiatan ini adalah setelah peserta mendapatkan edukasi diharapkan dapat melakukan aktivitas sesuai yang telah di sampaikan oleh penyuluhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ketua STIKES Panti Kosala, yang telah memberikan dukungan penuh terhadap terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STIKES Panti Kosala atas arahan, fasilitasi, dan pendampingan dalam setiap tahap pelaksanaan kegiatan. Penghargaan setinggi-tingginya kami sampaikan kepada Kepala SMP Warga Surakarta beserta seluruh jajaran guru dan staf yang telah menerima kami dengan terbuka serta memberikan ruang dan waktu bagi pelaksanaan kegiatan edukasi ini. Tak lupa kami sampaikan terima kasih kepada seluruh pihak terkait yang telah berkontribusi, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan lancar dan memberi manfaat bagi seluruh peserta didik. Semoga kerja sama dan sinergi yang baik ini dapat terus terjalin di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2020). *Highlights of the 2020 AHA Guidelines for CPR and ECC*. <https://cpr.heart.org>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *Health Education Curriculum Analysis Tool (HECAT)*. <https://www.cdc.gov/healthyschools>
- Fredricks, J. A., Filsecker, M., & Lawson, M. A. (2021). Student engagement, context, and achievement. In C. S. Dweck & D. S. Yeager (Eds.), *Handbook of motivation at school* (3rd ed., pp. 211–230). Routledge.
- Harden, R. M., & Laidlaw, J. M. (2020). *Essential skills for a medical teacher: An introduction to teaching and learning in medicine* (3rd ed.). Elsevier.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Petunjuk teknis UKS untuk sekolah menengah pertama*. Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Kraiger, K., & Ford, J. K. (2022). Training and transfer of learning: How interactive instruction improves skill acquisition in youth. *Learning and Instruction*, 80, 101613. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2022.101613>
- Mayer, R. E. (2021). *Multimedia learning* (3rd ed.). Cambridge University Press.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Oktaviani, I., & Lestari, P. (2021). Retensi pengetahuan CPR pada siswa SMP setelah pelatihan berbasis simulasi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), 89–97. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v16i2.3985>
- Organization for Economic Co-operation and Development (OECD). (2020). *Student engagement and effective learning environments*. <https://www.oecd.org>
- Rho, H., Park, S., & Kim, H. (2021). Effectiveness of school-based CPR education in middle school students: A meta-analysis. *Journal of School Health*, 91(4), 298–305. <https://doi.org/10.1111/josh.13006>
- Santos, R., Oliveira, J., & Costa, M. (2023). Hands-on CPR training in adolescents: Impact on knowledge retention and confidence. *Resuscitation Plus*, 14, 100361. <https://doi.org/10.1016/j.resplu.2023.100361>
- Shen, S., Zhang, Y., & Lin, W. (2022). The effectiveness of animated videos on CPR education in adolescents: A randomized

- controlled study. *Nurse Education Today*, 109, 105269. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105269>
- Widodo, R. A., Suryani, E., & Hadi, M. (2022). Peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa SMP melalui pelatihan RJP berbasis simulasi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 45–52. <https://doi.org/10.33366/jpk.v10i1.302>
- World Health Organization. (2021). *Health literacy development for children and adolescents in schools*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2022). *Emergency care systems for universal health coverage: Ensuring timely care for the acutely ill and injured*. <https://www.who.int/publications/item/9789240053886>