

SOSIALISASI DAN PELATIHAN BANTUAN HIDUP DASAR PADA SISWA SMA (SLUA) SARASWATI 1 DENPASAR

Ni Kadek Vani Apriyanti^{1*}, I Gusti Bagus Dharma Prakasa Musti¹, I Ketut Jaya Ningrat¹, Bagus Gede Krisna Astayogi¹, Sang Ayu Arta Suryantari¹, Ni Made Ayu Masnathasari¹

¹Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Mahasarawati Denpasar

*Penulis korespondensi: vaniapriyanti@unmas.ac.id

ABSTRAK

Henti jantung adalah kegawatdaruratan medis yang memerlukan penanganan segera untuk mencegah kematian dan kerusakan otak permanen. Namun, pengetahuan masyarakat awam, termasuk remaja, mengenai Bantuan Hidup Dasar (BHD) masih rendah. Pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar mengenai prosedur BHD. Kegiatan dilaksanakan pada 13 Desember 2025 melibatkan 41 siswa dengan metode penyuluhan, demonstrasi, dan simulasi *Hands-Only CPR* menggunakan manekin. Evaluasi efektivitas kegiatan dilakukan melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test*. Hasil menunjukkan bahwa 56% siswa belum pernah mendapatkan paparan informasi BHD sebelumnya. Setelah pelatihan, tercatat peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan kenaikan rerata nilai dari 6,85 (*pre-test*) menjadi 7,725 (*post-test*). Selain aspek kognitif, siswa juga menunjukkan kemampuan psikomotorik yang baik dalam mempraktikkan tahapan resusitasi jantung paru. Kegiatan ini terbukti efektif meningkatkan kesiapsiagaan siswa sebagai *first responder* di lingkungan sekolah. Disarankan agar pelatihan BHD dapat diintegrasikan secara berkelanjutan ke dalam program kesehatan sekolah.

Kata Kunci: Bantuan Hidup Dasar, Henti Jantung, Resusitasi Jantung Paru, Siswa SMA, Pengetahuan.

ABSTRACT

Cardiac arrest is a medical emergency that requires immediate treatment to prevent death and permanent brain damage. However, public knowledge, including among teenagers, about Basic Life Support (BLS) is still low. This community service aims to increase the knowledge and skills of high school students (SLUA) at Saraswati 1 Denpasar regarding BLS procedures. The activity was conducted on 13 December 2025, involving 41 students using methods of education, demonstration, and Hands-Only CPR simulation using mannequins. The effectiveness of the activity was evaluated through pre-test and post-test measurements. The results showed that 56% of students had never been exposed to BLS information before. After the training, there was a significant increase in knowledge, with an average score increase from 6.85 (pre-test) to 7.725 (post-test). In addition to cognitive aspects, students also demonstrated good psychomotor skills in practising the stages of cardiopulmonary resuscitation. This activity proved to be effective in increasing students' preparedness as first responders in the school environment. It is recommended that BLS training be integrated continuously into school health programmes.

Keywords: Basic Life Support, Cardiac Arrest, Cardiopulmonary Resuscitation, High School Students, Knowledge.

PENDAHULUAN

Henti jantung merupakan kegawatdaruratan yang masih banyak dijumpai di dunia, dimana mayoritas terjadi di luar rumah sakit atau fasilitas kesehatan. Henti jantung menyumbang sekitar 15-20% kematian pada populasi dewasa di Amerika dan Eropa Barat, serta mencapai 50% dari semua kematian kardiovaskular (Zimmerman dkk., 2021). Kasus henti jantung di Indonesia sendiri belum diketahui data yang jelas mengenai jumlah prevalensi kejadian henti jantung di kehidupan sehari-hari atau di luar rumah sakit (Ana dkk., 2023). Kondisi terhentinya kerja jantung akan berdampak pada terhentinya suplai darah yang mengangkut nutrisi dan oksigen, sehingga akan berdampak hipoksia pada jaringan, khususnya otak. Jika selama 4 menit, otak tidak mendapatkan suplai darah yang cukup maka akan mulai terjadi kerusakan otak, dan jika terjadi selama 10 menit maka dapat menimbulkan kematian jaringan pada otak (Patel dkk., 2023). Untuk itu, tindakan pertolongan pertama yang

cepat dan tepat sangat menentukan peluang keselamatan korban.

Bantuan Hidup Dasar (BHD) merupakan prosedur yang bertujuan untuk mengembalikan dan mempertahankan fungsi vital organ pada saat henti jantung dan henti nafas. Tindakan penentu dalam bantuan hidup dasar yakni tindakan Resusitasi Jantung Paru (RJP) (Ana dkk., 2023). Sayangnya, tingkat pengetahuan tentang BHD pada masyarakat awam masih rendah. Data di Amerika menunjukkan bahwa hanya 55% pekerja pada sektor publik seperti perkantoran dan sekolah yang mendapatkan edukasi mengenai BHD (AHA, 2015). Maka, diperlukan edukasi dengan cakupan yang lebih luas mengenai BHD pada masyarakat.

Siswa SMA merupakan kelompok usia remaja yang secara fisik dan kognitif telah mampu memahami serta mempraktikkan keterampilan dasar pertolongan pertama, termasuk BHD. Sayangnya, materi BHD belum menjadi bagian utama dalam kurikulum

sekolah dan umumnya hanya diperkenalkan secara terbatas melalui kegiatan ekstrakurikuler atau insidental. Akibatnya, sebagian besar siswa belum memiliki kepercayaan diri dan kesiapan untuk bertindak saat menghadapi situasi gawat darurat di lingkungan sekolah, rumah, maupun masyarakat. Di sisi lain, sekolah merupakan lingkungan dengan aktivitas tinggi yang melibatkan banyak individu, sehingga berpotensi terjadinya kejadian kegawatdaruratan. Tanpa adanya siswa atau warga sekolah yang memiliki keterampilan BHD, penanganan awal terhadap kondisi tersebut sering kali tidak optimal. Padahal, periode emas penanganan henti jantung dan gangguan pernapasan hanya berlangsung beberapa menit sebelum terjadi kerusakan organ permanen.

Berdasarkan permasalahan tersebut, pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan Bantuan Hidup Dasar bagi siswa SMA menjadi sangat relevan. Pemilihan SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar sebagai sasaran dikarenakan belum pernah dilakukan pelatihan mengenai BHD pada siswa. Program pengabdian masyarakat ini, sebagai salah satu pilar Tri Dharma Perguruan Tinggi, diharapkan dapat menjembatani kesenjangan pengetahuan dan keterampilan BHD pada remaja, sekaligus mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan dan keselamatan masyarakat melalui pemberdayaan generasi muda sebagai penolong pertama di lingkungan mereka.

Berdasarkan analisis masalah di atas, maka yang menjadi permasalahan adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan mengenai bantuan hidup dasar di lingkungan sekolah, salah satunya di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar. Maka, masalah dapat dirumuskan adalah bagaimana upaya peningkatan pengetahuan mengenai BHD pada siswa SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar dan bagaimana upaya peningkatan keterampilan mengenai BHD pada siswa SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar? Adapun solusi yang dapat diberikan untuk menjawab masalah di atas berupa sosialisasi dan pelatihan BHD pada siswa SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.

METODE

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan bantuan hidup dasar dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 13 Desember 2025 pada pukul 09.00 – 11.30 wita. Kegiatan dilaksanakan di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar yang beralamat di Jalan Kamboja No. 11A, Daging Puri Kangin, Kecamatan Denpasar Utara. Kegiatan ini melibatkan 6 dosen dan 15 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar.

Adapun metode pelaksanaan kegiatan ini berupa penyuluhan dengan pemaparan materi, demonstrasi, dan simulasi atau praktik langsung menggunakan manekin. Pelaksanaan pengabdian ini dibagi menjadi dua tahapan, yakni tahap persiapan dan pelaksanaan.

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan koordinasi antara Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati

Denpasar dengan SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar. Persiapan ini meliputi:

- Koordinasi teknis acara dan pembagian tugas antara panitia dosen dan mahasiswa Tim Bantuan Medis (TBM)
- Peminjaman alat peraga dan *mannequin* di Laboratorium Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar
- Koordinasi dengan pihak SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar mengenai tujuan, sasaran dan teknis acara
- Penyusunan *rundown* kegiatan dan pembagian kelompok simulasi
- Pembuatan materi penyuluhan dan modul simulasi sesuai dengan *guideline*

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan selama 1 hari di ruang kelas SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar. Kegiatan meliputi:

- Pretest: peserta mengerjakan 10 soal berkaitan dengan bantuan hidup dasar
- Sosialisasi: pelaksanaan sosialisasi bantuan hidup dasar yang terdiri dari 2 materi yakni: 1) Henti jantung dan henti nafas; 2) resusitasi jantung paru,
- Simulasi: praktik langsung mengenai materi yang telah dipaparkan pada *mannequin*
- Post-test: penilaian akhir dengan mengerjakan 10 soal yang sama dengan pretest untuk menilai perubahan pengetahuan mengenai BHD
- Dokumentasi pelaksanaan

PEMBAHASAN

Ketercapaian Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian meliputi sesi pembukaan, pengenalan narasumber, dan fasilitator. Dalam sesi ini juga dijelaskan tujuan dan hasil yang diharapkan dari kegiatan yang akan dilaksanakan. Setelah itu, dilanjutkan dengan pemberian materi Henti Nafas dan Henti Jantung. Kegiatan pemberian materi berlangsung kurang lebih 30 menit. Pada sesi pemberian materi, narasumber menjelaskan definisi dan gejala klinis henti nafas dan jantung, serta bagaimana melakukan *primary survei* pada kondisi tersebut. Materi kedua dilanjutkan dengan resusitasi jantung paru (RJP) dengan teknik *Hands-Only CPR*. Narasumber juga melakukan demonstrasi dengan menggunakan manekin untuk mempermudah peserta memahami teknik dan menguasai ritme pemberian kompresi dalam RJP. Materi kedua diberikan selama 25 menit.

Setelah pemberian materi, kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan pemberian kompresi atau teknik *Hands-Only CPR* oleh para fasilitator dengan bantuan alat manekin. Siswa dibagi menjadi 5 kelompok, dimana masing-masing kelompok akan didampingi oleh 3 mahasiswa TBM. Pada tahap awal, tim TBM akan menjelaskan tahapan pemberian bantuan hidup dasar, yang dimulai dari penilaian keamanan diri, keamanan lingkungan dan keamanan pasien. Setelah

itu, para peserta diberikan penjelasan terkait alur atau algoritma dalam memberikan bantuan, dengan mengecek kesadaran pasien melalui panggilan suara dan rangsangan nyeri. Ketika ditemukan pasien tidak sadarkan diri, sesegera mungkin untuk memanggil bantuan kepada orang sekitar untuk dapat membantu dalam penanganan bantuan hidup dasar pada pasien. Penolong sesegera mungkin memeriksa sirkulasi pasien dengan mengidentifikasi adanya nadi atau tidak pada nadi karotis untuk orang dewasa. Setelah diidentifikasi, pasien tidak ada denyutan nadi, maka korban segera dilakukan RJP setiap lima siklus yang kemudian dilakukan evaluasi. Setiap siklus dilakukan kompresi dada sejumlah 30 kali kompresi dengan kombinasi pemberian bantuan pernafasan sejumlah 2 kali pemberian. Setelah dilakukan RJP ditemukan pasien sudah ada detakan nadi, korban diberikan posisi miring mantap atau *recovery position*. Tindakan RJP dapat dihentikan, jika sudah ada tanda-tanda perbaikan pada korban, penolong kelelahan, sudah ada petugas medis yang memberikan bantuan dan jika korban sudah ada tanda-tanda kematian (Astuti dan Nurjannah, 2019; Indrawati dkk., 2023). Demonstrasi dan simulasi menghabiskan waktu sekitar 30 menit. Fasilitator memandu untuk pelaksanaan evaluasi masing masing peserta dalam melakukan teknik kompresi. Fasilitator juga memilih satu peserta terbaik dalam kelompoknya.

Rangkaian tahapan Bantuan Hidup Dasar dapat dengan mudah dipahami oleh peserta, dan seluruh peserta dapat melakukannya dengan baik. Mulai dari mengenali tanda dan gejala korban yang mengalami henti jantung dan henti nafas, penanganan yang diberikan, evaluasi tindakan yang diberikan sampai dengan posisi korban setelah dilakukan tindakan BHD.

Partisipasi Masyarakat

Sebanyak 41 siswa yang kelas X dan XI mengikuti kegiatan ini. Kegiatan dimulai dengan pretest untuk mengukur pengetahuan dasar siswa mengenai materi yang akan diberikan. Sebanyak 23 siswa (56%) belum pernah mendapatkan informasi mengenai bantuan hidup dasar sebelumnya. Hasilnya menunjukkan rerata nilai sebesar 6,85.

Siswa berpartisipasi aktif dalam sosialisasi dan simulasi BHD. Selama sosialisasi, peserta dengan aktif bertanya dan menjawab pertanyaan yang diajukan oleh narasumber. Selama simulasi, peserta secara bergantian mempraktikkan dasar penilaian respon dan resusitasi jantung paru dengan menggunakan manekin. Terdapat 6 siswa yang bertanya selama sesi diskusi. Semua pertanyaan dapat dijawab dengan baik oleh pemateri.

Penilaian akhir berupa post-test diisi oleh semua mahasiswa. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai BHD. Rerata nilai post-test adalah 7,725. Keterampilan BHD siswa dinilai oleh masing-masing fasilitator, dimana terpilih 5 siswa terbaik (masing-masing 1 dari tiap kelompok) yang

mampu melakukan tahapan BHD dan RJP dengan tepat.



Gambar 1. Sosialisasi dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar pada Siswa SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar

KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan THT dan konsultasi gratis yang dilaksanakan pada acara CFD berhasil menarik partisipasi aktif dari masyarakat, khususnya para pengunjung yang sedang berolahraga di area tersebut. Antusiasme yang tinggi menunjukkan bahwa kebutuhan masyarakat terhadap layanan kesehatan, terutama di bidang THT, masih cukup besar dan belum sepenuhnya terpenuhi oleh layanan rutin di fasilitas kesehatan. Kegiatan ini juga memberikan manfaat edukatif yang penting, baik bagi peserta yang mendapatkan informasi dan pemeriksaan langsung, maupun bagi mahasiswa yang terlibat dalam proses pelayanan dan edukasi masyarakat.

Sosialisasi dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD) pada siswa SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa serta kesiapsiagaan siswa dalam menghadapi situasi kegawatdaruratan. Melalui pelatihan ini, siswa tidak hanya memahami konsep dasar BHD, tetapi juga mampu mempraktikkan langkah-langkah pertolongan pertama secara benar dan sistematis. Peningkatan pemahaman ini diharapkan dapat mempercepat pemberian pertolongan awal pada korban sebelum bantuan medis profesional tiba, sehingga berpotensi menurunkan angka morbiditas dan mortalitas akibat kondisi gawat darurat.

Sebagai saran, kegiatan pelatihan BHD perlu dipertahankan dan dikembangkan sebagai bagian dari program kesehatan sekolah, baik melalui integrasi ke dalam kegiatan ekstrakurikuler, unit kesehatan sekolah

(UKS), maupun kerja sama berkelanjutan dengan institusi kesehatan dan perguruan tinggi. Diperlukan dukungan dari pihak sekolah dan pemangku kebijakan untuk memperluas cakupan pelatihan kepada seluruh siswa serta menyediakan sarana pendukung yang memadai, seperti alat peraga dan modul pembelajaran.

REFERENSI

- American Heart Association. 2015. CPR and First Aid, Emergency Cardiovascular Care. Available at: <https://cpr.heart.org/en/resources/cpr-facts-and-stats>
- Ana, K.D., Kusyani, A. 2023. Pengetahuan Bantuan Hidup Dasar dengan Tingkat Kecemasan Keluarga pada Pasien Henti Jantung. Journal of Education Research. 4(1): 100-106
- Astuti, Z., Nurjannah, M. 2019. Basic Life Support (BLS). Cetakan pertama. Samarinda: CV KHD Production
- Indawati, E., Fauzi, A., Mulyanto, T., dkk. 2023. Be a Life Savier; Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD). Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM). 6(1): 43-51
- Patel, K., Hipkind, J.E. 2023. Cardiac Arrest. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing
- Zimmerman, D.S., Tan, H. 2021. Epidemiology and risk factors of sudden cardiac arrest. Curr Opin Crit Care. 27(6): 613-16