



## Pengabdian Kepada Masyarakat

### Pembentukan Safe Community Melalui Pelatihan Pertolongan Kegawatan Pada Lingkungan Kerja Dinas Perhubungan

Dwi Nur Rahmantika Puji<sup>1</sup>, Arief Sofyan B<sup>1</sup>, Akhmad Mustofa<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

#### Informasi Artikel

##### Riwayat Artikel:

- Submit 20 Juni 2025
- Diterima 30 Juni 2025
- Diterbitkan 31 Juni 2025

##### Kata kunci:

tersedak, henti jantung, bantuan hidup dasar

#### Abstrak

Prevalensi kematian akibat kegawatan seperti henti jantung tinggi dan tersedak cukup tinggi di Indonesia. Waktu kejadian kegawatwatan ini beberapa dilaporkan terjadi saat individu sedang di tempat umum atau tempat kerja. Waktu emas pertolongan henti jantung dan tersedak sangatlah singkat, dimana semakin cepat pertolongan diberikan semakin besar peluang keselamatan. Individu yang paling memungkinkan untuk melakukan pertolongan cepat adalah rekan kerja atau orang yang berada disekitar korban, namun tidak semua masyarakat mengetahui cara melakukan pertolongan pertama pada korban henti jantung. *Safe community* merupakan upaya pembentukan masyarakat yang tangguh, sigap dan tepat dalam menjaga keselamatan lingkungannya. Pelatihan bantuan hidup dasar dan tersedak terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap dan kesiapan masyarakat dalam menghadapi situasi gawatdarurat.

#### PENDAHULUAN

Kondisi kegawatan yang mengancam nyawa dapat terjadi dimanapun, kapanpun dan pada siapapun termasuk pada lingkungan kerja. Masalah kesehatan pada kardiovaskuler masih menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia dan Indonesia selama 20 tahun terakhir secara global mencapai hingga 18,6 juta setiap tahunnya. Angka kematian tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 20,5 juta pada 2020 dan 24,2 juta pada 2030 (Kemenkes RI, 2024).

Salah satu kondisi kegawatan yang banyak terjadi di masyarakat adalah henti jantung dimana kecepatan pertolongan mempengaruhi keselamatan, dimana sebuah studi melaporkan salah satu penyebab keterlambatan penanganan adalah ketidakmampuan mengenali henti jantung (Wellens et al., 2003). Waktu emas serangan jantung adalah 10 menit adalah waktu terbaik melakukan pertolongan kegawatan dimana bila pertolongan dilakukan pada menit pertama peluang keberhasilan adalah 99% dan sebaliknya

Corresponding author:

Dwi Nur Rahmantika Puji Safitri

[dwinurrrps@gmail.com](mailto:dwinurrrps@gmail.com)

SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol 5 No 1, Juni 2025

DOI: <https://doi.org/10.26714/sjpkm.v5i1.18009>

bila dilakukan lebih dari 10 menit maka opekuang keselamatan adalah 0% (Rupp et al., 2018).

Henti jantung pada tempat kerja juga cukup sering terjadi. Sebagai contoh kasus seorang buruh pabrik HCL meninggal ketika sedang dikamar mandi (Upadhyay, 2024) dan seorang pekerja kantor PPKBP3A diruang kerja (Taufik Hidayat, 2024). Kedua kasus ini adalah sebagian kecil dari kasus lain dimana korban akhirnya meninggal dunia sebelum sempat mendapatkan pertolongan. Orang disekitar korban juga tidak melakukan pertolongan, hanya sekedar memeriksa kesadaran dan kemudian menghubungi layanan kesehatan terdekat.

Selain itu, kegawatan tersedak juga cukup banyak terjadi dimana banyak kasus terjadi pada anak-anak dan lansia. Salah satu peristiwa tersedak yaitu terjadi pada anak usia 9 tahun akibat tertelan buah rambutan, dimana korban akhirnya meninggal (Fitria, 2023). Benda yang sering menjadi faktor penyebab tersedak adalah makanan dan mainan, dimana hal ini tentu terjadi ketika diluar rumah sakit. Walaupun beberapa kelompok masyarakat telah mengetahui cara melakukan pertolongan tersedak (Triwidiyanti, 2023) namun diwilayah lain banyak yang tidak mengetahui cara melakukan pertolongan pada korban tersedak (Siregar et al., 2022), kondisi ini menyebabkan sebagian besar korban meninggal sebelum sempat tiba di rumah sakit.

Kondisi kegawatan ini membutuhkan penanganan cepat dan tepat sehingga penolong potensial adalah yang berada disekitar korban. Beberapa hasil penelitian dan liputan menunjukkan bahwa 56%

masyarakat tidak mengetahui cara menolong korban henti jantung (Hidayati & Keperawatan, 2020). Hasil serupa juga didapati pada pengetahuan dan kemampuan pertolongan tersedak dimana sebagian besar ibu memiliki pengetahuan kurang akan pertolongan tersedak pada bayi (Harigustian, 2020). Beberapa penelitian dan pengabdian masyarakat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam melakukan pertolongan henti jantung dan tersedak. Hasil yang didapatkan pelatihan ini signifikan meningkatkan kemampuan dan keterampilan partisipan.

Tingkat kelangsungan hidup dapat ditingkatkan dari 8% menjadi 32% jika semua orang yang berada di sekitar memberikan pertolongan pertama. Beberapa permasalahan yang terjadi saat ini adalah seorang penolong sering mengalami kesulitan untuk memulai perawatan pertolongan pertama dalam keadaan darurat karena kurangnya rasa percaya diri, takut menyebabkan lebih banyak kerugian bagi korban, dan masalah medis-hukum yang mungkin timbul dalam upaya untuk merawat para korban. Guna mengatasi permasalahan ini, peningkatan pelatihan penanganan kegawat darurat harus diprioritaskan (Sewante et al., 2022). Berdasarkan uraian latar belakang kegiatan pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pertolongan kegawatdauratan henti jantung dan tersedak petugas dinas perhubungan.

## METODE

Peserta kegiatan adalah pegawai dilingkungan kerja Dinas Perhubungan



Kota Semarang dengan latar belakang sebagai satpam, pegawai administrasi, pendamping pengemudi dan kondektur bus trans Semarang. Metode pelatihan yaitu ceramah dan praktikum. Pelaksanaannya dibagi menjadi 2 sesi yaitu pertama peserta mendapatkan penjelasan materi secara klasikal dan sesi berikutnya adalah praktikum yang dilakukan dalam kelompok. Materi disampaikan menggunakan media power poin dengan topik pengenalan henti jantung, urgensi pertolongan, cara melakukan pertolongan, pengenalan tersedak, urgensi dan cara melakukan pertolongan sederhana tersedak. Peserta kemudian dibagi menjadi 2 kelompok, dengan topik praktik dan simulasi Resusitasi Jantung paru (RJP), *back blow*, *chest thrust*, *Heimlich maneuver* dan *abdominal thrust*. Waktu penyampaian materi pada sesi 1 selama 40 menit dan sesi 2 selama 50 menit. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan cara meminta peserta untuk mempragakan kembali teknik yang telah diajarkan.

## HASIL

Kegiatan pelatihan diikuti 25 orang pegawai dilingkungan kerja dimana seluruhnya belum pernah mendapatkan pelatihan terkait pertolongan henti jantung dan tersedak. Pemateri pengantar dilakukan oleh 1 narasumber (Gambar 1.) dan praktikum dilakukan oleh 2 instruktur (Gambar 2, Gambar 3).



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2. Praktik Resusitasi Jantung Paru



Gambar 3. Praktik Resusitasi Heimlich Manuver

*Safe community* merupakan upaya untuk memperbesar tingkat keselamatan korban dengan kegawatan diluar rumah sakit. Pertolongan terbaik adalah yang diberikan oleh orang terdekat dalam waktu yang cepat. Penerapan konsep *Safe Community* pada beberapa negara meliputi kegiatan pencegahan dan penanganan cedera, bencana, kecelakaan lalu lintas dan bencana yang berbasis pemberdayaan masyarakat yang difasilitatori oleh pemerintah. Penerapan ini terbukti efektif dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat kegawatdaruratan multisectoral (Prihanti et al., 2023). Kegiatan pengabdian ini adalah upaya dari pemerinta kota semarang untuk menekan angka kematian di lingkungan kerja dengan memberi pelatihan kegawatdaruratan pegawai sektor pemerintah.

Ketepatan tindakan pertolongan, seperti resusitasi jantung paru, berhubungan dengan pengetahuan dimana pendidikan, usia dan pengalaman menjadi faktor penentu pengetahuan. Optimalisasi peran komunitas dalam penyelamatan dilakukan salah satunya dengan meningkatkan kemampuan setiap individu dalam mengenali dan memberikan pertolongan kegawatdaruratan (Yudhiantoro et al., 2021). Upaya untuk meningkatkan ketepatan tindakan pertolongan melalui pelatihan yang mencakup pemberian teori dan praktik (Supriyanto, 2017). Metode pelatihan merupakan strategi yang tepat untuk diterapkan pada sasaran dalam jumlah besar dalam hal ini masyarakat dan telah terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan (Putri et al., 2019). Selain itu pelatihan juga dapat merubah sikap dalam menilai kondisi kegawatan dan pertolongan menjadi positif

(Oktarina, 2019) dan meningkatkan kesiapan individu dalam melakukan pertolongan (Putra, 2019; Sasson et al., 2018).

Pelatihan diawali dengan pemberian teori dasar kondisi kegawatan henti jantung, cara menilai korban henti jantung, urgensi pertolongan segera dan teknik menolong. Materi disampaikan dengan teknik ceramah dengan media power point dimana metode ini terbukti efektif meningkatkan pengetahuan pengetahuan (Rondhianto et al., 2023). Keterampilan peserta ditingkatkan melalui simulasi dan diikuti dengan seluruh peserta mempragakan. Media yang digunakan praktik adalah pantom RJP. Media ini memberi ilustrasi pada peserta bentuk dada, kekuatan yang dibutuhkan dan pengaturan posisi yang harus diberikan pada saat melakukan batuan hidup dasar. Media praktek ini biasa digunakan pada pelatihan RJP dan memberikan pemahaman dan kemampuan praktik yang baik bagi peserta pelatihan (Putri et al., 2019). Pada keterampilan tersedak, simulasi menggunakan fasilitator atau teman karena kondisi kegawatan tersebut banyak terjadi pada pasien sadar. Selain itu, manuver yang diberikan membutuhkan posisi korban berdiri atau duduk sehingga sulit bila menggunakan boneka atau pantom. Hal ini juga memudahkan peserta untuk memiliki gambaran yang lebih nyata menjadi penolong.

## SIMPULAN

Kegawawatan merupakan kondisi yang dapat terjadi baik di dalam rumah sakit maupun diluar rumah sakit. Prevalensi kegawatan diluar rumah sakit lebih banyak, sehingga masyarakat merupakan orang terdekat yang dapat melakukan

pertolongan pada korban. Salah satu upaya mengurangi angka kematian adalah dengan membentuk safe community, dimana pertolongan dilakukan segera oleh orang disekitar korban. Pelatihan bantuan hidup dasar dan tersedak merupakan upaya untuk menguatkan peran *safe community* dengan cara meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat agar dapat melakukan pertolongan dengan cepat dan tepat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh jajaran dinas perhubungan dan pemerintah Kota Semarang yang telah memfasilitasi kegiatan pelatihan kegawatdaruratan sebagai upaya pembentukan *safe community*.

## REFERENSI

- Fitria, R. (2023). *Gadis 9 Tahun Tewas usai Tersedak Biji Rambutan*. Riska Fitria. <https://food.detik.com/info-kuliner/d-6893426/gadis-9-tahun-tewas-usai-tersedak-biji-rambutan>
- Harigustian, Y. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Tersedak Pada Ibu Yang Memiliki Balita di Perumahan Graha Sedayu Sejahtera. *JURNAL KEPERAWATAN AKPER YKY YOGYAKARTA*, 12(3), 162–169. <https://doi.org/10.61758/NURSING.V12I3.31>
- Hidayat, T. (2024). *Diduga Serangan Jantung, Pekerja Kantor PPKBP3A Pagar Alam Ditemukan Meninggal Dunia - RMOLSUMSEL.ID*. <https://www.rmolsumsel.id/diduga-serangan-jantung-pekerja-kantor-ppkbp3a-pagar-alam-ditemukan-meninggal-dunia>
- Hidayati, R., & Keperawatan, A. (2020). Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Penanganan Henti Jantung di Wilayah Jakarta Utara: Level of Community Knowledge about Cardiac Arrest Management in North Jakarta. *NERS Jurnal Keperawatan*, 16(1), 10–17. <https://doi.org/10.25077/NJK.V16I1.140>
- Kemenkes RI. (2024). *Kenali Gejala Jantung Sejak Dini*. <https://kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/kenali-gejala-jantung-sejak-dini>
- Oktarina, Y. (2019). Pelatihan Penanganan Kegawatdaruratan Henti Jantung Bagi Kader Dan Masyarakat. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 2(1), 33–39. <https://doi.org/10.22437/MEDICALDEDICATION.V2I1.5899>
- Prihanti, R., Widjanarko, B., Fakultas Kesehatan Masyarakat, B., Diponegoro, U., Jacob Rais, J., & Tengah, J. (2023). Implementasi Konsep Safe Community dalam Penanganan Gawatdarurat Multisektoral. *Jurnal Keperawatan*, 15(1), 183–192. <https://doi.org/10.32583/KEPERAWATAN.V15I1.582>
- Putra, G. S. (2019). Pengaruh Pelatihan Resusitasi Jantung Paru Terhadap Kesiapan Sekaa Teruna Teruni Dalam Memberikan Pertolongan Pada Kasus Kegawatdaruratan Henti Jantung. *Jurnal Gema Keperawatan*, 12(1). <https://doi.org/10.33992/JGK.V12I1.659>
- Putri, R. P., Safitri, F. N., Munir, S., Hermawan, A., & Endiyono, E. (2019). Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Dengan Media Phantom Resusitasi Jantung Paru (PREJARU) Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Bantuan Hidup Dasar Pada Orang Awam. *Jurnal Gawat Darurat*, 1(1), 7–12. <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/JGD/article/view/503>
- Rondhianto, Setioputro, B., & Yunanto, R. A. (2023). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Dengan Metode Ceramah dan Simulasi Bantuan Hidup Dasar Pada Siswa SMA. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 231–241. <https://doi.org/10.58545/DJPM.V2I3.114>
- Rupp, D., Ploeger, B., Jerrentrup, A., Wranze, E., Kunkel, R., Hartmann, H., & Kill, C. (2018). When to stop CPR: Is there a golden hour of resuscitation? *Resuscitation*, 130, e99. <https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2018.07.206>
- Sasson, C., Hendrika Meischke, Abella, B. S., Berg, R. A., Bobrow, B. J., Chan, P. S., Root, E. D., Heisler, M., Levy, J. H., Link, M., Masoudi, F., Ong, M., Sayre, M. R., Rumsfeld, J. S., & Rea, T. D. (2018). Pengaruh Pelatihan Resusitasi Jantung Paru Terhadap Kesiapan Memberikan Pertolongan Sekaa Teruna Teruni Pada Kasus Kegawatdaruratan Henti Jantung. *Circulation*, 127(12), 1342–1350. <https://doi.org/10.1161/CIR.0B013E318288B4DD>
- Siregar, N., Adelina, Y., Akademi, P., Kesdam, K., Bukit, I., & Pematangsiantar, B. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Orangtua tentang Penanganan Pertama Pada Anak yang



- Tersedak di Huta III Kabupaten Simalungun. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 563-566. <https://doi.org/10.33087/JIUBJ.V22I1.2011>
- Supriyanto, M. A. (2017). *Pengaruh Pelatihan Resusitasi Jantung Paru terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Menolong Korban Henti Jantung pada Orang Awam di Pesantren Miftahul Hasan Desa Gunung Sepikul Pakusari Jember*.
- Triwidiantari, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Tersedak Dengan Penanganan Pertama Tersedak Pada Anak Usia Dini Di Desa Jayamekar. *USADA NUSANTARA : Jurnal Kesehatan Tradisional*, 1(1), 57-65. <https://doi.org/10.47861/USD.V1I1.143>
- Upadhyay, D. (2024). *HCL Technologies employee dies of cardiac arrest in Maharashtra's Nagpur office washroom | Today News*. <https://www.livemint.com/news/india/hcl-technologies-employee-dies-of-cardiac-arrest-in-maharashtras-nagpur-office-washroom-11727612795109.html>
- Wellens, H. J. J., Gorgels, A. P., & De Munter, H. (2003). Cardiac arrest outside of a hospital: How can we improve results of resuscitation? *Circulation*, 107(15), 1948-1950. <https://doi.org/10.1161/01.CIR.0000067880.57844.62/ASSET/4E08D6A5-D24C-49FA-9CDE-066AF8156E6B/ASSETS/GRAPHIC/4FF1.JPG>
- Yudhiantoro, M. A., Ari, A., & Rizal, F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pertolongan Pertama Dengan Teknik Resusitasi Jantung Paru: Literature Review. In *Borneo Student Research* (Vol. 3, Issue 1).