

## Pelatihan Bantuan Hidup Dasar pada Kelompok Palang Merah Remaja di SMAN 1 Kuta Utara

**Putu Nita Cahyawati<sup>1\*</sup>, Asri Lestarini<sup>1</sup>, Gde Candra Yogiswara<sup>2</sup>**

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

<sup>2</sup> Program Studi Profesi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

\*Email: putunitacahyawati@gmail.com

### Abstrak

Palang Merah Remaja (PMR) merupakan wadah pembinaan generasi muda yang berada di bawah naungan Palang Merah Indonesia. Di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA), kegiatan PMR diwujudkan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk membekali remaja tentang keterampilan dasar dalam penanggulangan bencana dan pertolongan pertama dalam kondisi kegawatdaruratan. Bantuan Hidup Dasar (BHD) merupakan salah satu keterampilan esensial yang perlu dikuasai setiap orang termasuk oleh anggota PMR. Mitra pada kegiatan ini adalah siswa SMA yang tergabung dalam ekstrakuler PMR di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 1 Kuta Utara. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pelatihan kepada siswa PMR. Metode yang diterapkan terdiri dari: edukasi, pelatihan, dan praktik langsung. Kegiatan edukasi dan pelatihan didampingi oleh narasumber dan pelatih yang telah memiliki sertifikat. Evaluasi kegiatan mengacu pada beberapa indikator yaitu frekuensi pemberian edukasi, frekuensi pelaksanaan pelatihan, dan persentase kehadiran. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa keterlibatan mitra sesuai dengan target yang ditetapkan yaitu sebanyak 5 orang (100%). Kegiatan edukasi dan pelatihan juga dilaksanakan sebanyak satu kali dengan didampingi oleh narasumber dan Mahasiswa Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Warmadewa. Kesimpulan yang didapat yaitu kegiatan edukasi dan pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitra. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian dinilai berjalan dengan "Baik" karena seluruh indikator yang ditetapkan telah terlaksana.

**Kata kunci :** Bantuan hidup dasar, Palang Merah Remaja, kegawatdaruratan

### Abstract

*[Basic Life Support Training for the Youth Red Cross Group at SMAN 1 Kuta Utara]*

*Palang Merah Remaja (PMR) is a platform for fostering the younger generation under the auspices of Palang Merah Indonesia. At the senior high school level, PMR activities are implemented as extracurricular programs to equip teenagers with basic skills in disaster management and first aid in emergencies. Basic Life Support (BLS) is one of the essential skills that everyone, including PMR members, needs to master. The partners in this activity are high school students who are members of the PMR extracurricular program at Senior High School (SMAN) 1 Kuta Utara. This activity aims to provide education and training to PMR students. The methods applied include education, training, and hands-on practice. Certified speakers and trainers guide the education and training activities. The evaluation of the activity is based on several indicators, namely the frequency of educational sessions, the frequency of training sessions, and the attendance rate. The activity results showed that partner participation met the target of five people (100%). The education and training activities were also conducted once, accompanied by speakers and students from the Faculty of Medicine and Health Sciences (FKIK), Warmadewa University. The conclusion is that the education and training activities improved the partners' knowledge and skills. Evaluation results indicate that the service activity was rated as "Good" because all the predetermined indicators were achieved.*

**Keywords:** basic life support, Palang Merah Remaja, emergency

## PENDAHULUAN

Palang Merah Remaja (PMR) merupakan wadah pembinaan generasi muda yang berada di bawah naungan Palang Merah Indonesia (PMI). Di tingkat Sekolah menengah Atas (SMA), kegiatan PMR dituangkan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk membekali remaja tentang keterampilan dasar dalam penanggulangan bencana dan pertolongan pertama dalam kondisi kegawatdarutan. Bantuan Hidup Dasar (BHD) merupakan salah satu keterampilan esensial yang perlu dikuasai setiap orang termasuk oleh anggota PMR<sup>(1)</sup>. Hal ini bertujuan agar setiap anggota PMR mampu memberikan respons cepat terhadap kondisi gawat darurat medis seperti henti jantung dan gangguan pernapasan. Pengetahuan dan keterampilan BHD tidak hanya berkontribusi pada upaya penyelamatan jiwa, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri dan kesiapsiagaan anggota PMR dalam bertindak saat menghadapi situasi darurat<sup>(2)</sup>.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa prevalensi penyakit jantung di Indonesia sudah mencapai 17 dari 1000 orang. Kondisi ini tentunya meningkatkan risiko henti jantung atau henti napas pada lokasi yang tidak dapat diprediksi<sup>(3)</sup>. Oleh karena itu, remaja sebagai bagian dari keluarga dan komunitas perlu dibekali dengan keterampilan BHD untuk dapat memberikan pertolongan pertama yang tepat<sup>(4)</sup>.

Beberapa studi melaporkan bahwa pengetahuan dan keterampilan siswa SMA tentang BHD masih tergolong rendah. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu belum terintegrasi BHD dalam kurikulum pendidikan formal, kurangnya tenaga pengajar yang terlatih, bukan menjadi fokus pengajaran, kurangnya kesadaran tentang pentingnya BHD, serta kurangnya akses atau kesempatan untuk mempraktekkan keterampilan BHD<sup>(5,6)</sup>. Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan pelatihan BHD bagi kelompok PMR sangat relevan untuk menjawab kebutuhan peningkatan kapasitas ini. Kegiatan ini tidak hanya penting sebagai bagian dari pembinaan remaja, tetapi juga sebagai

langkah konkret dalam memperkuat sistem kesiapsiagaan masyarakat di tingkat akar rumput, khususnya di lingkungan sekolah. Mitra di kegiatan PKM ini adalah kelompok siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler PMR SMA Negeri 1 Kuta Utara. Pelaksanaan kegiatan ini didasari oleh belum pernahnya mitra mendapatkan pemberian edukasi dan pelatihan dari institusi pendidikan khususnya Fakultas Kedokteran di Bali. Kegiatan ini juga sejalan dengan misi PMI dalam membentuk kader remaja yang terlatih dan siap siaga.

Berdasarkan hasil observasi dan diskusi yang telah dilakukan, disepakati bahwa kegiatan utama yang akan dilaksanakan adalah edukasi dan pelatihan terkait BHD. Pelatihan ini direncanakan berlangsung dalam satu sesi pertemuan, yang mencakup penyampaian materi sebagai penyegaran pengetahuan serta praktik langsung. Melalui pelatihan tersebut, diharapkan mitra mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam melakukan tindakan BHD pada situasi henti jantung maupun henti napas.

## METODE

### Kerangka kerja

Metode yang diterapkan pada kegiatan pengabdian ini mengacu pada beberapa kegiatan pengabdian sebelumnya yang sejenis. Secara umum, diawali dengan tahap persiapan yang meliputi kegiatan *focus group discussion* (FGD) antara mitra dengan tim pengabdian<sup>(7)</sup>. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan diskusi secara mendalam terkait seluruh permasalahan yang dialami mitra selama ini baik dalam bidang kesehatan maupun non kesehatan. Melalui diskusi ini dari sekian banyak masalah yang ada ditentukan masalah yang menjadi prioritas mitra<sup>(8,9)</sup>. Berdasarkan hasil FGD ini, kegiatan yang diprioritaskan adalah pemberian pelatihan BHD khusus bagi anggota ekstrakurikuler PMR.

Tahap berikutnya yaitu pelaksanaan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di ruang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan didampingi oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Warmadewa yang tergabung

dalam kelompok mahasiswa Tim Bantuan Medis<sup>(10)</sup>. Pelatihan didahului oleh pemberian materi oleh tim pengabdian dan dilanjutkan dengan sesi simulasi. Siswa PMR diberikan kesempatan memperagakan keterampilan yang diajarkan sehingga benar-benar mampu untuk melakukan prosedur BHD sesuai prosedur yang seharusnya. Materi edukasi yang diberikan mencakup definisi, persiapan, tahapan pelaksanaan, dan evaluasi BHD. Materi diberikan dalam satu jam disertai pemutaran video untuk mempermudah pemahaman siswa<sup>(2)</sup>.

Tahap terakhir yaitu monitoring dan evaluasi. Kegiatan monitoring dilakukan dengan menilai keaktifan dan partisipasi mitra selama kegiatan. Keterampilan dinilai berdasarkan hasil observasi langsung mengacu pada *checklist* yang telah disusun tim pengabdian. Monitoring ini juga bertujuan untuk mengetahui Tingkat keberhasilan program pengabdian<sup>(11)</sup>.

### Tempat dan Waktu

Kegiatan dilakukan di Ruang UKS SMA Negeri 1 Kuta Utara. Kegiatan dilaksanakan selama 1 hari dimulai pada pukul 08.30 Wita hingga pukul 13.00 Wita.

### Khalayak Sasaran

Mitra pada kegiatan pengabdian ini adalah perwakilan siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler PMR sebanyak 5 orang.

### Indikator Keberhasilan

Keberhasilan program dinilai dari beberapa indikator. Indikator ini mengacu pada kegiatan pengabdian serupa yang pernah dilakukan. Indikator yang dimaksud antara lain: pemberian edukasi (satu kali), pelaksanaan pelatihan (satu kali), dan persentase kehadiran (>70%)<sup>(12-14)</sup>.

### Metode Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan pada taham akhir kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dinilai ‘‘Baik’’ bila seluruh indikator terlaksana, ‘‘Cukup’’ bila hanya dua indikator yang terlaksana, dan ‘‘kurang’’ bila hanya satu indikator yang terlaksana<sup>(12,15)</sup>.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan penerimaan tim pelaksana PKM oleh Wakil Kepala Sekolah Bidang Hubungan Masyarakat (Waka Humas) yang selanjutnya diarahkan kepada guru pembina PMR di sekolah mitra. Penerimaan ini laksanakan di aula sekolah sehingga materi yang diberikan dapat didengarkan oleh lebih banyak siswa. Pemberian materi diberikan oleh tim pengabdian yang berasal dari latar belakang pendidikan yang mumpuni dan bersertifikat (Gambar 1 dan 2).

Selanjutnya pendampingan dan pelatihan secara intensif dilakukan di ruang UKS bersama 5 orang siswa PMR yang telah ditunjuk oleh pihak sekolah. Mitra tersebut berusia 16-17 tahun dan berasal dari kelas X dan XI. Pelatihan ini juga melibatkan mahasiswa TBM FKIK Unwar yang kembali memperagakan prosedur BHD untuk kemudian dapat dilakukan secara mandiri oleh setiap siswa (Gambar 3). Kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan tanpa rasa canggung kemungkinan dikarenakan intruktur pengajar merupakan mahasiswa yang jarak usianya tidak berbeda jauh dengan mitra yang terlibat. Selama pelatihan mitra juga dipersilahkan bertanya tentang hal-hal kurang jelas selama penyampaian materi dan pelatihan tersebut.



Gambar 1. Penyampaian materi oleh narasumber bersertifikat

Kegiatan pengabdian dengan metode yang hampir serupa melaporkan bahwa metode ceramah dan pelatihan seperti ini mampu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa seperti yang dialaksanakan di SMAN 3 Mamuju<sup>(4)</sup>. Hasil serupa juga dilaporkan pada kegiatan

pengadian lain pada siswa Pramuka SMAN 13 Bone<sup>(16)</sup>. Pada kegiatan pengadian ini peningkatan keterampilan dinilai melalui hasil obeservasi langsung dengan panduan checklist panduan BHD untuk masuarakat umum. Tujuan penggunaan checklist ini adalah untuk memudahkan dalam mengevaluasi kelemahan/kekurangan mitra dan memberikan masukan terkait hal-hal yang perlu ditingkatkan<sup>(17)</sup>. Metode lain yang juga dapat dilakukan antara lain: pemutaran video edukasi, *role play*, dan mempersiapkan pedoman atau standar operasional prosedur (SOP). Penerapan metode ini dilaporkan juga mampu meningkatkan kemampuan mitra PKM<sup>(18,19)</sup>. Pemilihan metode harus disesuaikan dengan karakteristik mitra dan kondisi situasi di lokasi mitra. Oleh karenanya penting bagi tim pelaksana untuk mengetahui potensi mitra terlebih dahulu sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian tersebut<sup>(2,20)</sup>.



Gambar 2. Pelatihan didampingi oleh narasumber bersertifikat



Gambar 3. Pelatihan didampingi oleh mahasiswa TBM FKIK Unwar

## SIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitra. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian dinilai berjalan dengan “Baik” karena seluruh indikator yang ditetapkan telah terlaksana.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini terlaksana atas bantuan hibah dana pengabdian tahun 2024 yang diberikan oleh Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (UP2M) Fakultas Kedokteran dan Ilmu FKIK Unwar. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada seluruh mitra yang terlibat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Marlisa, Dame Evalina Simangunsong. Pelatihan Bantuan Hidup Dasar pada Palang Merah Remaja (PMR) di SMA Negeri I Kabupaten Deli Serdang. Mitra J Pemberdaya Masy. 2024;8(13–23).
2. Cahyawati PN, Syaiful RH. Edukasi dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar serta Heimlich Manoeuvre pada Perawat Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Bali. Warmadewa Minesterium Med J [Internet]. 2025 Jan 19;4(1):15–20. Available from: <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wmmj/article/view/11247>
3. Damanik BN, Syahferi Anwar, Tanjung D, Ismayadi I, Nilawati, Manurung IV. Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Untuk Meningkatkan Kesiapsiagaan dan Keberanian Siswa Sma Al-Fityan Medan. J Pengabdi Masy Sapangambei Manoktok Hitei [Internet]. 2024 Nov 1;4(2):161–7. Available from: <https://jurnal.usi.ac.id/index.php/JPMSMH/article/view/656>
4. Purnomo E, Nur A, A. Pulungan ZS, Nasir A. Pengetahuan dan Keterampilan Bantuan Hidup Dasar Serta Penanganan Tersedak Pada Siswa SMA. J Ber Ilmu Keperawatan [Internet]. 2021 Feb 23;14(1):42–8. Available from: <https://journals.ums.ac.id/index.php/BIK/article/view/13008>

5. Maisyaroh A, Kurnianto S, Widianto EP. Efektifitas Pelatihan Bantuan Hidup Dasar terhadap Peningkatan Kemampuan Siswa Mts Negeri 1 Lumajang dalam Penanganan Kegawatdaruratan Tersedak Akibat Obstruksi Benda Asing. Media Karya Kesehat [Internet]. 2022 Nov 27;5(2). Available from: <http://jurnal.unpad.ac.id/mkk/article/view/35521>
6. Rondhianto, Setioputro B, Yunanto RA. Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Dengan Metode Ceramah Dan Simulasi Bantuan Hidup Dasar Pada Siswa SMA. Dedik SAINTEK J Pengabdi Masy. 2023;2 (3):231–41.
7. Gede Pradnyawati L, Ayu Putu Ratna Juwita D, Indra Wijaya M, Nita Cahyawati P. Penguatan Program Chse Mendukung Kebangkitan Pariwisata Dan Bali Reborn Di Banjar Penestanan Kelod, Desa Sayan. Warmadewa Minesterium Med J. 2022;1(3):85–90.
8. Santosa A, Cahyawati PN, Ningsih NLAP, Lestarini A. Edukasi Kesehatan Covid-19 Varian Omicron dan Pengembangan Kewirausahaan Pada Komunitas Banteng Muda Banjar Tangkeban, Gianyar. Community Serv J. 2023;6(1):22–7.
9. Pradnyawati LG, Cahyawati PN, Permatananda PANK. Pemberdayaan Kader dalam Pencegahan IMS dan HIV/AIDS pada Pedagang Perempuan di Kota Denpasar. J Parad [Internet]. 2021;4(2):145–50. Available from: [https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/para\\_dharma/article/viewFile/1376/1210](https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/para_dharma/article/viewFile/1376/1210)
10. Cahyawati PN, Pradnyawati LG, Lestarini A. Empowering Students as Health Ambassadors in SMA Negeri 1 Kuta Utara. WMJ (Warmadewa Med Journal) [Internet]. 2019;4(1):1–5. Available from: <https://core.ac.uk/download/pdf/268200536.pdf>
11. Dewi NWES, Cahyawati PN, Parameswara AAGA, Permatananda PANK. Penyuluhan Bahaya Hipertensi Dan Pelatihan Branding Serta Strategi Pemasaran Kompos Di Rumah Kompos Desa Adat Padang Tegal, Ubud. J Pengabdi Masy Med. 2023;133–9.
12. Handayani NMD, Cahyawati PN. Edukasi Metode Penyapihan ASI Sebaga Upaya Nyata Penerapan Program Community Oriented Medical Education di Desa Pengiangan Kawan, Bangli. Community Serv J. 2022;4(2):157–60.
13. Cahyawati PN, Santosa A, Lestarini A, Aryastuti AASA. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengelolan Sampah Rumah Tangga di Desa Peliatan Ubud. Community Serv J. 2023;6(1):34–9.
14. Cahyawati PN, Saniathi NKE. Edukasi dan pendampingan perilaku hidup bersih dan sehat pada cleaning service klinik pratama di denpasar. J Sewaka Bhakti. 2022;8(April):49–56.
15. Cahyawati PN, Ayu P, Kasih N, Lestarini A, Sri A, Aryastuti A, et al. Pendampingan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Dan Digital Marketing Pada Kelompok UMKM Laundry. 2023;7(2):1–6.
16. Kistan K, Najman N. Pelatihan Bantuan Hidup Dasar bagi Siswa Pramuka SMAN 13 Bone. J Pengabdi Masy Nusant [Internet]. 2022;2(4):135–43. Available from: <https://jurnal.amikveteran.ac.id/index.php/kreatif>
17. Cahyawati PN, Yogiswara GC, Lestarini A, Aryastuti AASA, Permatananda PANK. Pelatihan Cardiopulmonary Resuscitation pada Tenaga Kesehatan Klinik Pratama di Denpasar. Community Serv J. 2024;6 (2):82–5.
18. Wirawati M, Supriyanti E. PKM Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Kepada Kader Kesehatan Dalam Upaya Peningkatan Kelangsungan Hidup Korban Henti Jantung Diluar Rumah Sakit. J Implementasi Pengabdi Masy Kesehat [Internet]. 2020;2(1):12–6. Available from: <http://stikeswh.ac.id:8082/jnabdi/index.php/jpm/issue/view/3>

19. Utama WT, Dewi R, Sari P. Pendampingan Masyarakat untuk Basic Life Support dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keberhasilan Penanganan Kegawatdaruratan Menghadapi Bencana di Desa Binaan FK Unila ( Desa Karang Anyar Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan ). J Pengabdi Masy Ruwa Jurai Pendampingan [Internet]. 2020;113–7. Available from: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/JPM/article/view/2817>
20. Lestarini A, Subrata T, Datya AI, Cahyawati PN, Aryastuti SA. Pelatihan Bantuan Hidup Dasar dan Aktivasi Sistem Emergensi Kepada Karyawan Hotel di Denpasar. INCOME Indones J Community Serv Engagem. 2023;2 (4):511–7.