

PELATIHAN BHD PADA SISWA/SISWI SMP DI SMP N TANAH KAMPUNG

Ns. Riris Friandi, M.Kep¹, Ns. Devfi Herlina, M.Kep²

¹⁻²Akademi Keperawatan Bina Insani Sakti

Kota Sungai Penuh

Email: endiARBios@yahoo.com

ABSTRAK

Kondisi gawat darurat merupakan kondisi yang bisa terjadi kapan saja dan dimana saja, mengancam nyawa serta dapat menimbulkan ancaman kecatatan. Menjadi penting bagi setiap pribadi manusia baik sebagai orang awam ataupun tenaga dengan keahlian khusus untuk mampu memberikan pertolongan pada kondisi gawat darurat. Pertolongan pada kondisi gawat darurat dapat dilakukan dengan memberikan bantuan hidup dasar meliputi mengenali tanda-tanda henti jantung dan segera mengaktifkan sistem respon kegawatdaruratan, segera melakukan resusitasi jantung paru (RJP), dan bagi orang dengan kemampuan khusus dapat segera melakukan defibrilasi dengan menggunakan Automated External Defibrilator (AED). Target Luaran: dari kegiatan ini pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pelatihan bantuan hidup dasar kepada siswa/siswi SMP N Tanah Kampung sehingga siswa/siswi mampu melakukan tindakan bantuan hidup dasar pada saat terjadi kondisi gawat darurat. Metode pelaksanaan: metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang bantuan hidup dasar, praktik melakukan bantuan hidup dasar bagi orang awam. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 21 Juli 2021 di SMP N Tanah Kampung. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menjadi dasar pengetahuan dan ketrampilan siswa/siswi SMP N Tanah Kampung untuk dapat melakukan pertolongan pertama ketika berada pada kondisi gawat darurat.

Kata Kunci: Pelatihan, Bantuan Hidup Dasar

ABSTRACT

Emergency conditions are conditions that can occur anytime and anywhere, are life-threatening and can pose a threat of disability. It is important for every human person, either as a layman or a person with special skills to be able to provide assistance in emergency conditions. Help in emergency conditions can be done by providing basic life support including recognizing signs of cardiac arrest and immediately activating the emergency response system, immediately performing cardiopulmonary resuscitation (RJP), and for people with special abilities can immediately perform defibrillation using an Automated External Defibrillator (AED). External Target: from this activity, this community service is to provide basic life support training to students of SMP N Tanah Kampung so that students are able to carry out basic life support actions in the event of an emergency. Implementation method: methods used in community service activities in the form of providing health education about basic life support, the practice of doing basic life support for ordinary people. Community service activities were carried out on July 21, 2021 at SMP N Tanah Kampung. The results of this community service activity are expected to be the basis for the knowledge and skills of students of SMP N Tanah Kampung to be able to carry out first aid when in an emergency condition.

Keywords: Training, Basic Life Support

1. PENDAHULUAN

Penyakit henti jantung mendadak merupakan pembunuh terbesar nomor satu di dunia. Penyakit jantung pada orang dewasa yang sering ditemui adalah penyakit jantung koroner dan gagal jantung.² Angka kematian dunia akibat penyakit jantung koroner berkisar 7,4 juta pada tahun 2012.¹ Di Amerika Serikat, henti jantung mendadak merupakan salah satu penyebab kematian mendadak tersering.³ Sedangkan prevalensi jantung koroner berdasarkan wawancara terdiagnosis dokter di Indonesia sebesar 0,5%, dan berdasarkan terdiagnosis dokter atau gejala sebesar 1,5%.

Tujuh puluh persen dari out-of-hospital cardiac arrest (OHCA)/kejadian henti jantung di luar rumah sakit terjadi di rumah, dan sekitar lima puluh persen tidak diketahui. Hasilnya pun biasanya buruk, hanya sekitar 10,8% pasien dewasa OHCA yang telah menerima upaya resusitasi oleh penyedia layanan darurat medis atau Emergency Medical Services (EMS) yang bertahan hingga diperbolehkan pulang dari rumah sakit. Sebagai perbandingan, in-hospital cardiac arrest (IHCA) atau kejadian henti jantung di rumah sakit, memiliki hasil yang lebih baik, yakni 22,3% - 25,5% pasien dewasa yang bertahan hingga diperbolehkan pulang dari rumah sakit.

Henti jantung mendadak adalah hilangnya fungsi jantung pada seseorang secara tiba-tiba yang mungkin atau tidak mungkin telah didiagnosis penyakit jantung. Henti jantung mendadak terjadi ketika malfungsi sistem listrik jantung dan kematian terjadi ketika jantung tiba-tiba berhenti bekerja dengan benar. Hal ini mungkin disebabkan oleh tidak normal, atau tidak teraturnya irama jantung (aritmia).

Basic Life Support (BLS) atau yang dikenal dengan Bantuan Hidup Dasar (BHD) adalah penanganan awal pada pasien yang mengalami henti jantung, henti napas, atau obstruksi jalan napas. BHD meliputi beberapa keterampilan yang dapat diajarkan kepada siapa saja, yaitu mengenali kejadian henti jantung mendadak, aktivasi sistem tanggapan darurat, melakukan cardiopulmonary resuscitation (CPR)/resusitasi jantung paru (RJP) awal, dan cara menggunakan automated external defibrilator (AED). Idealnya di dunia, semua orang akrab dengan teknik dasar pertolongan pertama dan mengambil pelatihan teratur untuk memastikan pengetahuan tetap berjalan.

Tujuan utama dari BHD adalah suatu tindakan oksigenasi darurat untuk mempertahankan ventilasi paru dan mendistribusikan darah-oksigenasi ke jaringan tubuh. Selain itu, ini merupakan usaha pemberian bantuan sirkulasi sistemik, beserta ventilasi dan oksigenasi tubuh secara efektif dan optimal sampai didapatkan kembali sirkulasi sistemik spontan atau telah tiba bantuan dengan peralatan yang lebih lengkap untuk melaksanakan tindakan bantuan hidup jantung lanjutan.

Langkah-langkah melakukan bantuan hidup dasar

Ketika berada dalam situasi yang mengharuskan Anda melakukan BHD, misalnya ketika menghadapi korban kecelakaan dan tenggelam, lakukan langkah-langkah berikut ini.

1. Memastikan posisi yang aman

Saat hendak menolong korban menggunakan bantuan hidup dasar, pastikan terlebih dahulu Anda maupun korban berada di posisi yang aman. Salah satunya dengan meletakkan tubuh

korban di permukaan yang keras dan rata.

Sementara itu, jika Anda menyelamatkan korban kecelakaan yang tak sadarkan diri, gotong korban terlebih dahulu ke pinggir jalan yang aman dari lalu-lalang kendaraan. Pada kasus korban yang tersengat aliran listrik, pastikan sumber arus listrik telah dimatikan terlebih dahulu.

2. Memeriksa respons korban

Selanjutnya, periksa respons korban untuk mengetahui tingkat kesadarannya. Anda dapat memastikannya dengan menepuk pundak atau bahu dan menggoyang-goyangkan tubuh korban.

Selain itu, Anda juga dapat memanggil korban untuk memastikan dirinya sadar atau tidak, seperti "Pak/bu.. pak./bu..", dengan nada yang agak keras.

Jika korban tidak merespons, berarti mereka dalam keadaan tidak sadarkan diri. Sementara jika korban tidak merespons dan tidak bernapas, berarti korban mengalami henti jantung.

3. Hubungi layanan gawat darurat

Sambil memastikan respons korban, Anda dapat menghubungi layanan gawat darurat atau meminta pertolongan orang di sekitar atau yang paling dekat dengan lokasi kejadian untuk menelpon ambulans/IGD.

4. Mengecek nadi

Setelah memastikan tingkat kesadaran, respons, dan menghubungi layanan gawat darurat, Anda juga perlu mengecek nadi korban yang tak sadarkan diri.

Cara mengecek nadi dapat dilakukan dengan meletakkan dua jari di tengah leher.

Sambil ditekan dan digeser ke pinggir leher guna meraba keberadaan nadi. Lakukan pemeriksaan hingga maksimal 10 detik.

5. Resusitasi jantung paru (RJP)

Korban yang tidak teraba denyut nadinya, tak sadarkan diri, dan tidak bernapas harus segera diberikan pertolongan pertama dengan melakukan resusitasi jantung paru (RJP).

Langkah-langkah melakukan resusitasi jantung paru, antara lain:

Berlutut di samping korban

Letakkan dua telapak tangan dengan posisi saling bertumpu di tengah dada korban

Posisikan siku tegak lurus di atas dada korban dengan posisi bahu sejajar tangan

Mulai kompresi dada (menekan dada korban) dengan kedalaman 5 cm (dewasa) secara cepat, kira-kira 120 kali per menit

Lakukan secara berulang hingga tenaga medis tiba.

Sementara pada korban anak-anak, Anda dapat meletakkan satu tangan di tengah dada korban, lalu lakukan 30 kompresi dada dengan kedalaman 5 cm dan kecepatan 100 kali per menit.

6. Buka jalan napas

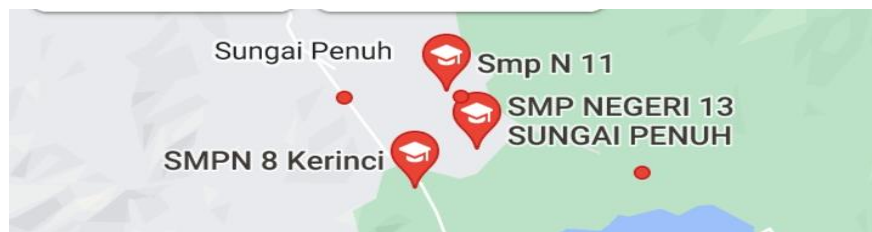
Setelah melakukan 30 hitungan kompresi dada, Anda juga dapat membuka jalan napas korban dengan metode head-tilt dan chin-lift dengan meletakkan telapak tangan pada dahi korban dan menengadahkan kepala korban. Gunakan tangan yang lain untuk menarik dagu korban sehingga jalan napas dapat terbuka

7. Memberi bantuan napas

Bila korban tidak bernapas, Anda dapat memberikan napas buatan sebagai tindakan pertolongan pertama. Berikan bantuan napas sebanyak dua kali dengan cara menutup atau memencet cuping hidung korban, kemudian tiupkan udara dari mulut Anda ke mulut korban. Pastikan dada korban terangkat saat memberikan napas buatan.

2. MASALAH

Alasan kami memilih tempat kegiatan karena di SMP N Tanah Kampung banyak siswa/siswi belum mengetahui bagaimana cara melakukan bantuan hidup dasar. Selain itu, pengetahuansiswa/siswi tentang BDH masih sangat minim. Dan tujuan khusus dari penatalaksanaan dan penyuluhan singkat ini adalah agar siswa/siswi SMP N Tanah Kampung mengerti dan memahami bagaimana cara melakukan bantuan hidup dasar.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

3. METODE

a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan preplanning, persiapan penyajian Banner.

b. Tahap pelaksanaan

Acara ini dengan pemberitahuan kepada Kepala Sekolah SMP N Tanah Kampung untuk mengarahkan siswa/inya untuk berkumpul dikelas. Dan dilanjutkan dengan penjelasan materi yang telah disiapkan.

c. Evaluasi

i. Struktur

Peserta hadir sebanyak 25 orang. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan sudah komunikatif dalam penyampaiannya, siswa/I dapat memahami materi yang sudah disampaikan tim penngabdian masyarakat dan dapat memfasilitasi audiensi selama berjalannya penyuluhan.

ii. Proses

Pelaksanaan kegiatan Rabu, 21 Juli 2021 pukul 08.30 s/selesai. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 21 Juli 2021 di Ruang Kelas. Pelaksanaan penyuluhan singkat ditujukan pada siswa/I yang belum mengetahui tentang bagaimana cara melakukan bantuan hidup dasar. Media dan alat yang disediakan berupa Banner. Metode yang digunakan adalah diskusi, tanya jawab atau evaluasi dengan meminta anak-anak menjelaskan kembali tentang apa yang sudah dijelaskan.

Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Gambar2.2Foto Kegiatan PKM



Gambar2.3Kegiatan PKM

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat yaitu kegiatan upaya peningkatan pengetahuan siswa/siswi SMP N Tanah Kampung Tentang BHD, berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 21 Juli 2021 dari pukul 08.30 wib sd selesai. Peserta yang ikut adalah siswa/i SMP N Tanah Kampung.

DAFTAR PUSTAKA

American Red Cross. Basic Life Support for Healthcare Providers Handbook.2015.

American Heart Association. AHA Guideline Update for CPR and ECC.Circulation Vol. 132.2015.

A.M. Aaberg, C.E. Larsen, B.S. Rasmussen, C.M. Hansen, & J.M. Larsen.
Basic Life Support knowledge, self reported skills and fears in Danish High School students and effect of a single 45-min training session run by junior doctors ; a prospective cohort study. Resuscitation and Emergency Medicine:22-24. 2014

Riskedas. Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.2018.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies.
International First Aid and Resuscitation Guidelines.2011.

Pro Emergency. Basic Trauma Life Support. Cibinong:Pro Emergency.2011.