

Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Pada Siswa SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam

Wildan Seni¹, Winanda Bako², Putri Ayu Sekar Wangi³, Tiara Anggi⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Universitas Abulyatama, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Wildan Seni

E-mail: wildansenist@gmail.com

Abstrak

Kecelakaan dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, kecelakaan merupakan suatu kejadian yang terjadi secara mendadak sehingga mengakibatkan seseorang memerlukan penanganan dan pertolongan secara cepat dan tepat. Tujuan penyelenggaraan kegiatan edukasi dan pelatihan ini adalah sebagai penguat keterampilan sehingga peserta mendapat bekal untuk dapat diaplikasikan kepada masyarakat. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan oleh mahasiswa dan dosen prodi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Abulyatama dan sasaran dari kegiatan ini yaitu siswa SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam. Kegiatan pengabdian diawali dengan presentasi dan tanya jawab dilanjutkan dengan simulasi dan praktek oleh peserta. Metode penilaian dilakukan dengan wawancara untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum mendapatkan pelatihan, diakhir pelatihan akan dilakukan wawancara kembali untuk mengetahui sejauh mana perkembangan peserta setelah mendapatkan pelatihan P3K, penilaian juga diberikan saat peserta mempraktekan kembali latihan yang sudah di contohkan oleh fasilitator. Dari hasil pelatihan yang dilaksanakan seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), peserta menjadi mengenal perlengkapan P3K dan fungsinya serta mengalami peningkatan keterampilan dalam penanganan korban kecelakaan. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi semua peserta yang hadir karena ini merupakan bentuk edukasi tentang P3K dan penanganan korban kecelakaan. Saran dari kegiatan ini adalah perlunya kegiatan PKM seperti ini dilaksanakan secara rutin dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan.

Kata kunci – Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), Pelatihan, Kecelakaan

Abstract

Accidents can happen anytime and anywhere, an accident is an event that occurs suddenly so that someone requires fast and appropriate handling and assistance. The purpose of organizing this educational and training activity is to strengthen skills so that participants are equipped to be applied to the community. The implementation of this activity was carried out by students and lecturers of the Occupational Safety and Health study program at Abulyatama University and the target of this activity was students of SMA Negeri 1 Rundeng, Subulussalam City. The community service activity began with a presentation and question and answer session followed by simulations and practices by the participants. The assessment method was carried out by interviews to measure the participants' knowledge before receiving training, at the end of the training a re-interview was conducted to determine the extent of the participants' development after receiving first aid training, assessments were also given when participants re-practiced the exercises that had been demonstrated by the facilitator. From the results of the training carried out, all participants experienced an increased understanding of First Aid in Accidents, participants became familiar with first aid equipment and its functions and experienced increased skills in handling accident victims. This activity was very beneficial for all participants because it provided education on first aid and handling accident victims. The recommendation from this activity is the need for community service activities like this to be held regularly to improve knowledge and skills in first aid.

Keywords - First Aid, Training, Accidents

PENDAHULUAN

Kecelakaan dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, pada suatu kejadian kecelakaan sering kali korban memerlukan pertolongan sesegera mungkin sedangkan paramedis belum tentu tersedia ditempat terjadinya kecelakaan. Pertolongan pertama yang efektif pada kejadian kesakitan yang mendadak dapat membuat perbedaan yang signifikan antara hidup dan mati, penyembuhan cepat dan penyembuhan lama, kecacatan permanen dan sementara (Margareta, 2012). Dalam keadaan gawat darurat, penanganan korban kecelakaan dalam waktu satu jam pertama merupakan waktu yang sangat penting untuk penanganan menyelamatkan korban kecelakaan dan menghindari kondisi buruk atau kematian.

Pertolongan pertama (*first aid*) adalah penanganan atau perawatan awal dari terjadinya suatu penyakit atau kecelakaan. Hal ini dapat biasanya dilakukan oleh orang yang bukan ahli dalam menangani kejadian sakit atau cedera, sampai menunggu pengobatan definitif dapat diakses. Kejadian ini dapat berupa suatu insiden kecil atau suatu bencana yang melibatkan penderita dalam jumlah besar. Orang pertama yang akan memberikan pertolongan adalah mereka yang berada ditempat kejadian. Mereka yang berupaya memberikan pertolongan ini memiliki berbagai tingkat pengetahuan mulai dari yang tidak mempunyai pengetahuan pertolongan pertama dan tidak terlatih sampai yang sudah berpengalaman dan terlatih. Ada waktu antara pertolongan di lokasi kecelakaan sampai korban dapat memperoleh pertolongan oleh tenaga medis di fasilitas kesehatan, sehingga masa tenggang inilah yang harus diisi oleh orang pertama yang terdekat dengan korban yang telah memiliki keterampilan pertolongan pertama. Pertolongan yang diberikan harus menjadi satu kesatuan pertolongan korban dari lapangan sampai perawatan lanjutan di rumah sakit (Armstrong et al, 2002).

Prinsip-prinsip pertolongan pertama adalah tindakan yang dilakukan segera, mempertahankan hidup korban, mengurangi penderitaan, mencegah pengotoran luka dan penderitaan lanjutan serta merujuk korban ke tempat pelayanan kesehatan terdekat. Prinsip-prinsip pertolongan pertama ini sangat dianggap perlu bagi semua lapisan masyarakat, karena dengan pertolongan pertama kita dapat membantu orang atau korban sampai benar-benar mendapat perawatan medis profesional. Pertolongan pertama bisa dilakukan oleh masyarakat umum ataupun siswa, sampai pertolongan medis profesional tiba untuk menangani korban (Saubers, Nadine, 2008).

Dua alat yang sering digunakan pada pertolongan pertama pada cidera adalah mitela dan bidai, terutama pada kasus patah tulang dan dislokasi. Keduanya memiliki fungsi yang berbeda, meskipun sering dipakai bersamaan. Mitela adalah pembalut kain berbentuk segitiga yang digunakan untuk pertolongan pertama pada cedera. Sedangkan Bidai adalah alat pertolongan pertama yang digunakan untuk menstabilkan dan mengamankan bagian tubuh yang mengalami cedera, khususnya pada tulang atau sendi, seperti patah tulang atau dislokasi. Alat ini bertujuan untuk mencegah pergerakan atau pergeseran pada area yang terluka sebelum korban mendapatkan penanganan medis lebih lanjut.

Beberapa pengetahuan dan keterampilan yang diberikan pada saat pelatihan pertolongan pertama adalah pengenalan teknik resusitasi jantung paru (RJP), pengenalan mitela dan bidai, penggunaan mitela dan bidai untuk menangani korban dengan cedera kepala, penanganan luka bakar, penanganan fraktur tulang, dan juga teknik memindahkan korban dengan cara yang baik dan benar,.

Program pelatihan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan yang memadai kepada siswa, dengan demikian diharapkan peserta memiliki pemahaman dan keterampilan terkait pertolongan pertama sehingga lebih waspada dan hati-hati dalam setiap beraktifitas dan juga peserta mampu menjadi garda terdepan memberi pertolongan saat terjadi kecelakaan di lingkungan sekitar.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini di laksanakan di SMA Negeri 1 Rundeng, Jl. Perjuangan No. 14 Pasar Rundeng, Kota Subulussalam. Survei awal Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



sebagai langkah awal pada kegiatan ini di lakukan pada hari senin tanggal 14 April 2025 di SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam. Sedangkan kegiatan PkM itu sendiri dilaksanakan pada tanggal 18 April 2025, kegiatan PkM ini di tujukan kepada seluruh kelas 11 SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam dengan jumlah peserta sebanyak 21 siswa dengan rincian 8 putra dan 13 putri. Kegiatan ini melibatkan 3 orang mahasiswa Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Abulyatama sebagai fasilitator yaitu Put ri Ayu Sekar Wangi, Winanda Bako dan Tiara Anggi. Untuk keperluan pengukuran tingkat pemahaman siswa maka sebelum dan sesudah pelatihan di lakukan wawancara. Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan dengan survei kegiatan PKM dilakukan pada 14 April 2025 yang bertujuan untuk menentukan lokasi kegiatan penyuluhan. Kemudian melakukan koordinasi dan sosialisasi kepada mitra dengan pemaparan tentang tujuan kegiatan, manfaat, deskripsi pelaksanaan dan evaluasi.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan program yaitu pada tanggal 18 April 2025 di SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam.

- a. Menilai tingkat pengetahuan awal peserta
- b. Sesi pertama adalah penyuluhan yang diberikan dengan metoda ceramah durasi selama 45 menit dengan materi mengenai pertolongan pertama pada Kecelakaan (P3K) dan dilanjutkan diskusi selama 15 menit.
- c. Sesi kedua adalah pelatihan pertolongan pertama. Pelatihan berupa demonstrasi penanganan korban kecelakaan selanjutnya perwakilan peserta di beri kesempatan untuk langsung mempraktekkan kembali apa yang sudah di latih, keberhasilan program ini salah satunya dinilai dari indikator peserta mampu melakukan keterampilan tersebut secara mandiri.
- d. Penilaian setelah pelatihan

3. Evaluasi

Mahasiswa dan dosen pembimbing melakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan pelatihan. Setelah pelatihan selesai dilaksanakan, tim membuat publikasi ke jurnal ilmiah maupun media. Publikasi adalah bentuk pertanggungjawaban dosen terhadap kegiatan yang dilakukan.

Adapun metode yang digunakan adalah pada pelatihan ini sebagai berikut:

1. Metode ceramah merupakan salah satu metode yang banyak digunakan dalam penyuluhan kesehatan. Secara operasional penyampaian dengan metode ceramah meliputi empat Langkah (Mutrofin, Wayan Ardhana, and Setyosari 2017):
 - a. Pengantar
 - b. Penyajian informasi.
 - c. Menilai pemahaman
 - d. Integrasi yang berakhir pada penutupan.
2. Metode diskusi adalah metode pengajaran orang dewasa yang bila digunakan dengan benar dapat memberikan manfaat bagi siswa yaitu, menciptakan rasa memiliki, meningkatkan rasa percaya diri siswa, dan mengikuti program pendidikan orang dewasa (Mutrofin et al., 2017).
3. Metode simulasi atau demonstrasi adalah suatu bentuk penyajian di kelas yang didalamnya suatu proses, situasi, atau objek tertentu yang dipelajari diperagakan atau ditampilkan dalam bentuk nyata atau tiruan, sering kali disertai dengan penjelasan lisan. Kelebihan metode ini adalah pembelajaran lebih jelas dan spesifik sehingga memudahkan dalam memahami apa yang dipelajari. Metode ini juga dapat meningkatkan motivasi belajar peserta (Wahyuni et al. 2020). Selain metode demonstrasi, kegiatan pembelajaran didukung dengan alat peraga dan mendemonstrasikan perilaku apa yang ada di hadapan peserta

didik sehingga peserta didik dapat mengamati, menyesuaikan teori dengan kenyataan dan mencobanya sendiri (Haryuni and Sulistyawati 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang berlangsung selama satu hari ini diikuti oleh siswa-siswi SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam. Penyuluhan ini berisi pemberian edukasi terkait Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dilaksanakan tanggal 18 April 2025. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan secara offline dan melibatkan mahasiswa sebagai fasilitator dengan tujuan untuk mengetahui dan terjun langsung dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat (Seni, dkk. 2023).

Adapun pelaksanaan PkM adalah sebagai berikut:

a. Menilai tingkat pengetahuan awal peserta

Karena jumlah peserta yang ikut pelatihan tidak banyak (21 siswa) maka sebelum dilakukan pemaparan materi, fasilitator mengali pengetahuan awal peserta melalui pertanyaan-pertanyaan/wawancara terkait Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K). Dari jawaban pertanyaan-pertanyaan yang di berikan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan terkait P3K yang dimiliki peserta sangat minim, semua peserta tidak mengenal peralatan pertolongan pertama yang akan di gunakan untuk pelatihan seperti mitela dan bidai, mereka juga mengaku belum pernah mendapatkan pelatihan P3K.

b. Ceramah dan tanya jawab

Fasilitator memberikan materi dengan metode ceramah dan tanya jawab tentang pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K), pengenalan peralatan pelatihan seperti mitela, bidai dan alat pendukung lainnya serta menjelaskan manfaat dan kegunaannya, dilanjutkan dengan materi penanganan korban kecelakaan seperti pingsan, luka, luka kepala, dislokasi, patah kaki/tangan, dan siswa juga di kenalkan dengan Resusitasi Jantung Paru (RJP) untuk menangani korban henti jantung, kasus-kasus yang sering terjadi di sekolah serta penatalaksanaan awal yang dapat dilakukan secara tepat dan diakhiri dengan penjelasan tentang transportasi korban.



Gambar 1.
Pemaparan Materi

c. Demonstrasi dan praktek

Fasilitator melakukan demonstrasi penanganan korban kecelakaan di depan peserta, mulai dari penanganann luka kepala menggunakan mitela, dislokasi, penanganan patah kaki/tangan menggunakan bidai dan mitela serta cara-cara dalam melakukan perawatan luka dan tahapan dalam melakukan evakuasi atau transportasi korban kecelakaan. Selanjutnya seluruh peserta di beri kesempatan untuk langsung mempraktekkan kembali apa yang sudah di demonstrasikan oleh fasilitator. Saat pelaksanaan praktek mandiri terjadi interaksi menarik antara fasilitator dan peserta, keinginan tahu peserta sangat timggi terlihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan

yang di lontarkan peserta. Semua peserta pelatihan melakukan praktek penanganan korban kecelakaan dan semua terlibat di setiap kegiatan.



Gambar 2.
Siswa Melakukan Praktek

d. Penilaian setelah pelatihan

Setelah peserta melakukan praktek, fasilitator kembali mengajukan pertanyaan-pertanyaan/wawancara kepada peserta untuk mengetahui lebih jauh seberapa besar pelatihan ini berdampak positif kepada peserta baik segi pengetahuan maupun keterampilan P3K. Di sesi ini peserta merespon setiap pertanyaan yang diajukan oleh fasilitator dan menjawab tuntas dengan benar semua pertanyaan, juga mampu mendemonstrasikan kembali keterampilan penanganan korban saat di minta oleh fasilitator.

Hasil evaluasi dari 21 peserta menunjukkan perubahan yang signifikan dimana seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K), pengenalan dan fungsi perlengkapan P3K yang digunakan serta mengalami peningkatan keterampilan dalam penanganan korban kecelakaan. Dalam pelatihan ini semua peserta aktif mengikuti diskusi, aktif bertanya, dan semua peserta di beri kesempatan melakukan praktik penanganan korban kecelakaan sampai bisa sehingga pelatihan ini sangat memuaskan. Ketika siswa memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai, diharapkan mereka akan lebih percaya diri dalam menghadapi kondisi darurat di manapun.

Berdasarkan hasil evaluasi melalui wawancara, sebagian besar peserta menjawab bahwa mereka mengetahui cara memberikan pertolongan pertama jika terjadi kecelakaan, dan mereka ingin membantu korban semaksimal mungkin ketika terjadi kecelakaan. Berikut rangkuman hasil wawancara dengan para peserta:

- a) Meningkatkan pengetahuan tentang pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K).
- b) Mengetahui manfaat mitela dan bidai serta tahu cara menggunakannya dengan benar.
- c) Mengetahui cara penanganan sehingga bisa langsung mengambil langkah pertama bagi korban dan orang yang membutuhkan pertolongan.
- d) Memperoleh pengetahuan tentang bantuan hidup dasar.
- e) Mengetahui cara mengatasi/menanggulangi trauma.
- f) Peserta senang mendapat informasi atau ilmu yang bermanfaat yang tidak didapatkan di tempat lain.
- g) Mengetahui apa yang harus dilakukan jika menemui korban kecelakaan/cedera.

- h) Bagi orang awam, sangat bermanfaat karena bisa memberikan pertolongan pertama yang tepat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pertolongan pertama pada kecelakaan. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat mempengaruhi perilaku dan tindakannya berdasarkan pengalaman masa lalu individu tersebut, pengalaman yang sama dengan orang lain, bahkan kondisi sosial, fisiologis, dan emosional. Selain itu, peningkatan pengetahuan siswa juga disebabkan oleh usia yang masih sangat muda, sehingga memudahkan mereka dalam memahami dan mempunyai daya ingat yang cukup kuat (Asri & Indang, 2024).

Selain usia pelatihan atau penyuluhan juga dapat meningkatkan pengetahuan sebagaimana menurut (Rosiska and Yati 2024), menjelaskan bahwa pelatihan yang telah diikuti dapat meningkatkan kemampuan peserta dalam melakukan pertolongan pertama pada korban kecelakaan dalam menjaga kondisi korban tetap stabil, dapat mengurangi tingkat keparahan korban serta menghindari komplikasi. Hal ini sama dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Nurani, et al. 2023) yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman atau keterampilan peserta tentang perdarahan dan evakuasi korban pada remaja PMR. Sedangkan menurut (Yunus et al. 2024), menjelaskan bahwa pelatihan pertolongan pertama sinkop dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap siswa Palang Merah Remaja.



Gambar 3.

Foto Bersama Peserta Pelatihan

KESIMPULAN

Dari pelatihan yang di laksanakan seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), peserta menjadi mengenal perlengkapan P3K dan fungsinya serta mengalami peningkatan keterampilan dalam penanganan korban kecelakaan.

Saran dari kegiatan ini adalah perlunya kegiatan PKM seperti ini dilaksanakan secara rutin dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan. Rekomendasi pelatihan selanjutnya adalah pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) yaitu penanganan seseorang yang mengalami henti jantung atau nafas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam hal ini tim penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Abulyatama Aceh yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Tim juga mengucapkan terimakasih kepada kepala Kepala sekolah,

guru dan siswa SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam serta yang terlibat dalam kegiatan ini dan telah mendukung terlaksananya kegiatan PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Armstrong and Vivien. (2002). *Home Emergency Guide*. DK Publishing, New York
- Haryuni, Sri, and Wiwin Sulistyawati. (2017). Perbedaan Efektifitas Metode Pendidikan Kesehatan Basic Life Support (BlS) Audiovisual Dengan Demonstrasi Terhadap Kemampuan Life Saving Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Fik Universitas Kadiri. *Journal Nursing Care and Biomolecular*, 2(1), 31-35. doi: 10.32700/jnc.v2i1.25.
- Indang, W. O. ., & Asri, A. M. D. (2024). Penyuluhan Praktek Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Pada Siswa SMA Negeri 1 Kapontori. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(3), 299–303. <https://doi.org/10.31004/jh.v4i3.889>
- Margareta, S. (2012). *Buku cerdas P3K: 101 pertolongan pertama pada kecelakaan*. Yogyakarta: Niaga Swadaya.
- Mutrofin, Nyoman Sudana Degeng, I., I. Wayan Ardhana, and Punaji Setyosari. (2017). The Effect of Instructional Methods (Lecture-Discussion versus Group Discussion) and Teaching Talent on Teacher Trainees Student Learning Outcomes. *Journal of Education and Practice*, 8 (9), 203-209.
- Nurani, R. D. & Yanti, F. 2023. Pelatihan Pertolongan Pertama Menangani Masalah Perdarahan Dan Korban Pada Remaja Di Sma N 8 Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima*, 2 (1), 20-24.
- Rosiska, Mimi, and Sarni Yati. (2024). Pengaruh Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Terhadap Kemampuan Masyarakat Melakukan Pertolongan Pertama Pendarahan Pada Korban Kecelakaan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(3), 1176–86. doi: 10.33024/jkpm.v7i3.13313.
- Saubers, Nadine. (2008). *The Everything First Aid Book*, Adams Media, Massachusetts. USA
- Seni, W., Zahara, H., Karma, T., Kala, P. R., Idroes, G. M., Yustiana, Y., Bako, W., Wangi, P. A. S., Anggi, T., & Fauziah, N. (2024). Edukasi dan Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Siswi SMA Swasta Babul Maghfirah Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(4), 1120–1129. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i4.958>
- Wahyuni, S. (2020). Upaya Peningkatan Aktivitas Siswa dalam Pembelajaran Daring Melalui Media Permainan Edukatif Quiziz. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 3(4), 1587-1593. Doi: <https://doi.org/10.20961/shes.v3i4.55811>
- Yunus, Pipin, Haslinda Damansyah, Ical Kasim. (2024). Pengaruh Pelatihan Pertolongan Pertama Sinkop Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Pmr. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6 (3), 1291-1302.