

PELATIHAN BANTUAN HIDUP DASAR PADA SISWA SMA 4 KOTA JAKARTA

Bahreni Yusuf^{1*}, Ira Kusumawati²¹⁻²STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Email Korespondensi: irakusumawati0781@gmail.com

Disubmit: 26 Desember 2025

Diterima: 23 Januari 2026

Diterbitkan: 01 Februari 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i2.24212>**ABSTRAK**

Sekitar 43 juta orang meninggal setiap tahun akibat penyakit tidak menular, atau sekitar 74 % dari seluruh kematian di dunia. Dari jumlah tersebut, sekitar 18 juta kematian terjadi sebelum usia 70 tahun (prematur). Penyakit kardiovaskular (termasuk penyakit jantung dan stroke) adalah penyebab utama kematian, penyakit tidak menular dengan lebih dari 19 juta jiwa per tahun. Kejadian gawat darurat termasuk keadaan ketika korban mengalami henti nafas dan henti jantung. Pertolongan pertama pada kondisi gawat darurat henti nafas dan henti jantung adalah bantuan hidup dasar, secepat dilakukan maka semakin besar harapan hidup. Tujuan pelatihan BHD adalah untuk meningkatkan keterampilan BHD. Kegiatan ini dilakukan dengan metode pemaparan konsep dasar BHD, demonstrasi pelaksanaan BHD dan praktik BHD dengan menggunakan media manekin. Hasil yang didapatkan sebagian siswa (89%) siswa memahami BHD dan mampu melakukan BHD dengan benar

Kata Kunci: Bantuan Hidup Dasar, Pelatihan, Siswa SMA.

ABSTRACT

Approximately 43 million people die each year from non-communicable diseases, or about 74% of all deaths worldwide. Of these, approximately 18 million deaths occur before the age of 70 (premature). Cardiovascular disease (including heart disease and stroke) is the leading cause of death, with non-communicable diseases claiming more than 19 million lives annually. Emergency situations include situations where the victim experiences respiratory and cardiac arrest. First aid in emergency situations of respiratory and cardiac arrest is basic life support, and the sooner it is administered, the greater the chance of survival. The goal of BLS training is to improve BLS skills. This activity is carried out using the method of explaining the basic concepts of BLS, demonstrating its implementation, and practicing BLS using mannequins. The results obtained were that most students (89%) understood BHD and showed it correctly

Keywords: Basic Life Support, Training, High School Students.

1. PENDAHULUAN

Sekitar 43 juta orang meninggal setiap tahun akibat penyakit tidak menular, atau sekitar 74 % dari seluruh kematian di dunia. Dari jumlah tersebut, sekitar 18 juta kematian terjadi sebelum usia 70 tahun (prematur). Penyakit kardiovaskular (termasuk penyakit jantung dan stroke) adalah penyebab utama kematian, penyakit tidak menular dengan lebih dari 19 juta jiwa per tahun (WHO, 2025). Kondisi gawat darurat dapat terjadi sewaktu-waktu, di berbagai tempat, dan dapat dialami oleh siapa pun. Situasi ini memerlukan penanganan segera karena keterlambatan pertolongan berisiko menyebabkan kecacatan permanen bahkan kematian (Departemen Kesehatan RI, 2016). Kondisi gawat darurat mencakup situasi ketika seseorang mengalami henti napas dan henti jantung. Selain itu, keadaan kritis juga dapat terjadi akibat kecelakaan yang menyebabkan kondisi serius, seperti perdarahan hebat, sehingga memerlukan pertolongan segera (Evelyn, 2019).

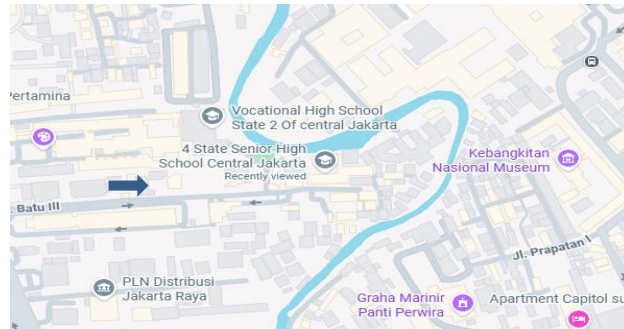
Bantuan hidup dasar atau *Basic Life Support* adalah tindakan yang dilakukan untuk mengembalikan fungsi jantung sehingga mampu kembali memompa serta memperbaiki sirkulasi darah ditubuh (AHA, 2020). Intervensi bantuan hidup dasar terdiri dari pemberian kompresi dada dan bantuan nafas (Hardisman, 2014). Bantuan hidup dasar atau tindakan Resusitasi Jantung Paru (RJP) merupakan penentu penting dalam kelangsungan hidup korban yang mengalami henti jantung dan henti nafas. Hal ini berarti dibutuhkan suatu kemampuan masyarakat terkait keterampilan melakukan tindakan bantuan hidup dasar (BHD) di lingkungan masyarakat (AHA, 2015).

Pengetahuan melakukan tindakan bantuan hidup dasar sangat diperlukan agar penanganan dapat diberikan dengan cepat dan tepat sehingga nyawa korban dapat terselamatkan. Penanganan korban gawat darurat harus berdasarkan pengetahuan yang ada, dan merupakan hasil tahu setelah dilakukan (dilatih) atau hasil tahu setelah diberikan informasi baik melalui guru, orangtua, teman dan media masa (Notoatmodjo, 2017). Pengetahuan ini merupakan hal yang penting untuk diketahui karena semua orang berpotensi berada dalam kondisi memerlukan pertolongan pertama. Bantuan Hidup Dasar (BHD) merupakan pertolongan pertama yang dilakukan untuk menyelamatkan seseorang yang mengalami henti nafas dan atau henti jantung (AHA, 2020). Keterampilan melakukan BHD menjadi sangat penting bagi semua orang untuk menurunkan tingkat kematian pada kasus henti jantung dan henti napas.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tersebut adalah melalui pemberian edukasi melalui penyuluhan atau pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap maupun keterampilan agar masyarakat mampu melakukan tindakan bantuan hidup dasar yang lebih baik.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan analisis pengkajian yang telah dilakukan bahwa rendahnya penpengetahuan dan keterampilan siswa tentang bantuan hidup dasar. Oleh karena itu penting dilakukan pelatihan tentang bantuan hidup dasar yang benar dan diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan keterampilan dalam penerapan bantuan hidup dasar pada siswa SMA 4 Kota Jakarta.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan Pendidikan Kesehatan

3. TINJAUAN PUSTAKA

Bantuan Hidup Dasar (BHD) atau Basic Life Support (BLS) dapat didefinisikan sebagai tingkat perawatan medis yang diimplementasikan untuk menangani penyakit atau cedera yang mengancam jiwa sampai mendapatkan perawatan medis penuh oleh penyedia dukungan hidup tingkat lanjut atau profesional, seperti paramedis, perawat, dan dokter (Irfani, 2019). Istilah yang dimaksud mencakup upaya dalam menjaga kepatuhan jalur pernapasan dan menopang fungsi pernapasan serta sirkulasi. Hal ini melibatkan beberapa komponen utama, yakni penilaian atau analisis awal, pemeliharaan jalan napas, ventilasi udara eksternal (disebut juga pernapasan penolong, di mana metode mulut ke mulut digunakan), dan kompresi dada. Saat seluruh rangkaian aktivitas ini digabungkan, terminologi Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) atau Resusitasi Jantung Paru (RJP) menjadi istilah yang umum digunakan untuk menggambarkan prosedur tersebut (González-Salvado et al., 2020). Pelatihan kegiatan tersebut secara teknis dapat diberikan oleh tenaga medis terlatih, seperti teknisi medis darurat, atau tenaga lain yang memenuhi syarat dan tersertifikasi.

4. METODE

Kegiatan pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta. Adapun metode yang digunakan pada kegiatan ini yaitu dengan cara pemberian materi mengenai Bantuan hidup dasar diikuti dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi cara melakukan bantuan hidup dasar dan pengulangan kembali oleh peserta. Kegiatan diawali dengan pre- test dan di akhiri dengan post-test, adapun peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 100 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling, dimana sample ditentukan oleh penulis.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan Pengabdian masyarakat dengan tema “Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD)” Untuk Meningkatkan Pengetahuan Siswa SMA 4 Kota Jakarta. Diikuti oleh 100 siswa dari Kegiatan yang dilaksanakan pada tanggal 20 November 2025 ini memperoleh antusias yang tinggi. Sebelum

materi diberikan, peserta mengisi pretest dan dilanjutkan dengan kegiatan metode ceramah dan demonstrasi. Berikutnya semua peserta mendapat kesempatan mempraktikkan cara RJP yang benar dengan menggunakan manekin secara bergantian. Hasil evaluasi sebagian besar siswa (89%) memahami dan mengerti tentang bantuan hidup dasar dan mampu mempraktekkan RJP dengan benar kepada manekin. Berikut Gambar pelaksanaan kegiatan



Gambar 2. Demonstrasi BHD

b. Pembahasan

Hasil evaluasi sebagian besar siswa (89%) memahami dan mengerti tentang bantuan hidup dasar dan mampu mempraktekkan RJP dengan benar kepada manekin. Berikut Gambar pelaksanaan kegiatan

Pengetahuan adalah hasil dari memahami, serta terjadi setelah seseorang menemukan suatu topik. Pengetahuan juga dapat diartikan sebagai hasil dari informasi yang menambah pengetahuan perseorangan dan kelompok. Dengan bertambahnya usia, tingkat kematangan pikiran serta tindakan seseorang juga akan semakin meningkat. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa remaja berada pada tahap perkembangan, yang ditandai pada karakteristik mementingkan diri sendiri, serta tingginya mencoba hal yang baru. Pengetahuan adalah sumber ilmu atau sarana untuk mencapai kebenaran. Jika pengetahuan semakin meningkat, maka akan menjadi bakat (Ramadia, 2021).

Ketika situasi darurat terjadi, keberadaan tenaga medis yang belum hadir atau terlambat dapat menyebabkan korban kehilangan nyawa tanpa adanya pertolongan awal. Untuk itulah, keahlian dan pengetahuan mengenai Bantuan Hidup Dasar (BHD) menjadi sangat penting. Hal ini mengharuskan memahami teknik-teknik dasar yang dapat menyelamatkan korban dalam berbagai situasi bencana atau kecelakaan yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari (Ghozali, 2023). Henti jantung adalah berhentinya fungsi jantung secara tiba-tiba dan kejadian ini sangat fatal jika tidak segera diberikan pertolongan yang tepat. Pertolongan pertama korban henti jantung adalah segera melakukan tindakan Resusitasi Jantung Paru (RJP) (American Heart Association, 2021).

Korban henti jantung dan henti napas penting untuk segera dilakukan tindakan bantuan hidup dasar di menit-menit awal. Hal ini tentunya dapat meningkatkan angka keberhasilan korban untuk bertahan hidup sebanyak 4% dan korban dapat bernapas spontan sekitar 40%. Untuk mengurangi angka kematian yang berhubungan dengan kondisi henti jantung dan henti napas dibutuhkan keterampilan untuk melakukan

tindakan resusitasi jantung paru (RJP) dan kemampuan untuk mengoperasikan alat AED oleh seluruh elemen masyarakat agar kematian dapat dihindari.

6. KESIMPULAN

Dari keleseluruhan Kegiatan Pengabdian dapat diperoleh kesimpulan bahwa setelah dilakukan kegiatan pelatihan tentang bantuan hidup dasar dengan melakukan praktik secara langsung didapatkan peningkatan pemahaman dan keterampilan persepsi tentang standar pemberian bantuan hidup dasar.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, N. (2013). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa / Siswi Kelas 2 SLTP Negeri 2 Karawang. Jakarta : Sripsi Universitas Esa Unggul
- AHA (American Heart Association). (2013). High Blood Pressure. Amerika: American Heart Association.
- AHA (american Heart Association). (2017). Hypertension : The Silent Killer : Updated JNC-8 Guideline Recommendations. Alabama Pharmacy Association. <https://doi.org/0178-0000-15-104-H01-P>
- AHA. (2010). Part 4: CPR overview: 2010 American Hearth Association Guidelines For Cardiopulmonary Resuscitation And Emergency Cardiovascular Care. AHA Journals, p. 676-684
- AHA. (2011). Importance And Implementation Of Training In Cardiopulmonary Resuscitation And Automated External Defibrillation In School : A Science Advisory From The American Hearth Assocation. AHA Journals, p.691- 706.
- AHA. (2014). American Hearth Association Guidelines For Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care. AHA Journals, 676-684.
- AHA. (2015). Hightlights of the 2015 American Heart Association Guidelines Update For Cpr and ECC. Texas. AHA Journals.
- American Heart Association. (2021). About Cardiac Arrest. <https://www.heart.org/en/healthtopics/cardiac-arrest>
- American Hearth Association. (2020). Guideline For CPR and ECC
- Botha, L., Geyser, M. M., & Engelbrecht, A. (2012). Knowledge of cardiopulmonary resuscitation of clinicians at a South African tertiary hospital. *South African Family Practice*, 54(5), 447-454.
- Departement Kesehatan RI. (2014). Kawasan penyehatan Jantung tersehat (<http://www.depkes.go.id/article/view/201410080002/lingkungansehat-jantung-sehat.html>)
- Evelyn, S. dkk (2019). "Determinansi Wawasan Bhd dengan bantuan awal terhadap Guru Sekolah Dasar". Universitas Pembangunan Nasionalis Veteran Jakarta : Jakarta.
- Ghozali, M. T., Nugraheni, T. P., & Halimatussa'diyah, S. (2023). Pelatihan Dasar Manajemen Bantuan Hidup Dasar (BHD) Karang Taruna Dusun Sribit Dan Sekarsuli, Kapanewon Berbah, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 244-249.

- Hardisman, (2014). *Gawat Darurat Medis Praktik*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Hockenberry, M., Wilson, D., & Rodgers, C. C. (2017). *Wong's Essentials Of Pediatric Nursing (10th Ed.)*. Elsevier.
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Istiany, Ari dan Rusilanti. (2013). *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Krisanty Paula, et al. (2009). *Asuhan Keperawatan Gawat Darurat*. Jakarta: Trans Info Media.
- Pearce, Evelyn. C. (2019). *Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis*, Jakarta; PT Gramedia Pustaka Utama
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak
- PERKI, K.K.K.P., & PERKI. T.S.C.P. (2020). *Pedoman Bantuan Hidup Dasar dan Bantuan Hidup Jantung Lanjut pada Dewasa, Anak dan Neonatus Terduga Positif Covid 19*
- Rachmayani S., Kuswari., dan melani (2018). Hubungan asupan zat gizi dan status gizi remaja putri di smk ciawi bogor, 5(2), 125 - 130
- Ramadia, A., Redho, A., & Nofa, F. S. (2021). Pelatihan bantuan hidup dasar terhadap pengetahuan dan keterampilan anggota PMR. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 584-590.
- Said, H. B., Susanti, H., & Aisyah, A. (2017). Analisis kemampuan penalaran logis siswa yang memiliki gaya berpikir sekuensial abstrak dalam menyelesaikan masalah logika matematika kelas xi sma negeri i tungkal ulu. *PHI: Jurnal Pendidikan Matematika*
- Wibowo, W. D. A., Wijaya, S., Susmini, S., Soewito, B., Martini, S., & Anggraini, T. (2023). Pelatihan RJP terhadap Pengetahuan pada Remaja Anggota Pramuka di Kabupaten Musi Rawas Tahun 2023. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1868-1879.
- Wiliastuti, U. N., Anna, A., & Mirwanti, R. (2018). Pengetahuan tim reaksi cepat tentang bantuan hidup dasar. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 77-85.
- Wissenberg, M., Lippert, F. K., Folke, F., Weeke, P., Hansen, C. M., Christensen, E. F., ... & Torp-Pedersen, C. (2013). Association of national initiatives to improve cardiac arrest management with rates of bystander intervention and patient survival after out-of-hospital cardiac arrest. *Jama*, 310(13), 1377-1384.
- Wulandari, N. A. (2016). Pengetahuan siswa slta tentang bantuan hidup dasar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 3(2), 170-174.
- Yuliana, (2017) *Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan , jakarta*
- Zuhdy N. (2015). *Hubungan Pola Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Status Gizi pada Pelajar Putri SMA*