



## PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG BANTUAN HIDUP DASAR MELALUI KEGIATAN "RJP GOES TO BANYUMAS"

Aristi Intan Soraya<sup>1</sup>, Shila Suryani<sup>2</sup>, Tendi Novara<sup>3</sup>, Prima Artya Kurniawan<sup>4</sup>,  
Sindhu Wisesa<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Jenderal Soedirman

Email korespondensi: aristi.intan@unsoed.ac.id

### ABSTRACT

*Sudden cardiac arrest is one of the leading causes of death that can occur unexpectedly in the community. Early intervention through Basic Life Support (BLS) or Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) has been proven effective in increasing the victim's chances of survival. However, the level of public knowledge and skills related to BLS remains limited. This Community Service Program (PkM) aimed to improve the knowledge and basic skills of the Banyumas community in performing BLS through socialization and hands-on training using CPR manikins. The implementation methods included socialization, theoretical education, and practical training with CPR mannequin. Evaluation was conducted through pre-test and post-test assessments to measure participants' knowledge improvement. The results showed an increase in the average knowledge of the participants. In addition, participants demonstrated increased confidence in performing CPR after the training. This activity proves that interactive training using manikins is effective in enhancing public understanding and preparedness in responding to sudden cardiac arrest cases.*

**Keywords:** Basic Life Support, Cardiopulmonary Resuscitation, community training, sudden cardiac arrest, community service

### ABSTRAK

Henti jantung mendadak merupakan salah satu penyebab utama kematian yang dapat terjadi secara tiba-tiba di masyarakat. Upaya pertolongan pertama melalui tindakan Bantuan Hidup Dasar (BHD) atau Resusitasi Jantung Paru (RJP) terbukti efektif dalam meningkatkan peluang keselamatan korban. Namun, tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat terhadap tindakan BHD masih terbatas. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dasar masyarakat Kabupaten Banyumas dalam melakukan tindakan BHD melalui sosialisasi dan pelatihan menggunakan maneken RJP. Metode pelaksanaan meliputi sosialisasi, edukasi teori, serta praktik langsung dengan maneken RJP. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran pengetahuan peserta sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pelatihan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan peserta mengenai BHD. Selain itu, peserta juga menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam melakukan tindakan RJP setelah mengikuti pelatihan. Kegiatan ini membuktikan bahwa pelatihan interaktif dengan media maneken efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan masyarakat menghadapi kasus henti jantung mendadak.

**Kata kunci:** Bantuan Hidup Dasar, Resusitasi Jantung Paru, pelatihan masyarakat, henti jantung mendadak, pengabdian masyarakat

## **PENDAHULUAN**

Henti jantung mendadak (HJD) adalah kondisi kegawatdaruratan di mana aktivitas listrik dan mekanik jantung berhenti secara tiba-tiba sehingga aliran darah ke otak dan organ vital terhenti—kondisi ini memerlukan intervensi cepat melalui Bantuan Hidup Dasar/Resusitasi Jantung Paru (BHD/RJP) untuk meningkatkan peluang keselamatan korban. Di tingkat kabupaten, kesiapsiagaan masyarakat sebagai bystander menjadi faktor penentu utama keberhasilan penanganan HJD di luar rumah sakit (Afni, 2021).

Profil kesehatan Kabupaten Banyumas menunjukkan beban penyakit kardiovaskular yang signifikan sebagai penyebab utama morbiditas dan mortalitas lokal; data profil kesehatan daerah menegaskan bahwa penyakit jantung dan pembuluh darah termasuk dalam prioritas kesehatan masyarakat Banyumas, sehingga potensi kejadian HJD di komunitas tidak dapat diabaikan. Kondisi ini menegaskan kebutuhan intervensi preventif dan responsif yang terfokus pada peningkatan kapasitas masyarakat (Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas, 2022, dan Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas, 2023).

Berdasarkan studi di Indonesia, pengetahuan dan kemampuan masyarakat dan mahasiswa terhadap RJP masih tergolong rendah. Sebuah penelitian potong lintang di kalangan mahasiswa pecinta alam Universitas Muslim Indonesia menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa belum memahami secara lengkap langkah-langkah RJP dan hanya sedikit yang cukup percaya diri melakukan praktik RJP. Selain itu, studi eksperimental terhadap siswa menunjukkan bahwa intervensi edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan CPR/Henti Napas secara signifikan dibandingkan sebelum pelatihan. Penelitian lain di Tulungagung juga mendapati bahwa perlakuan metode feedback dan demosntrasi langsung menggunakan maneken lebih efektif daripada home learning CPR dalam meningkatkan kemampuan CPR. Suatu penelitian lokal di Wisata Air Banyumas Jawa Tengah menunjukkan rendahnya tingkat pengetahuan dan keterampilan praktis tentang RJP di kalangan non-profesional, serta efektivitas pelatihan berbasis praktik (hands-on) menggunakan maneken dalam meningkatkan retensi keterampilan dibandingkan metode ceramah saja. (Girianto, 2020, Kelfatri, 2024, Ambarika, 2024, dan Damayanti, 2024).

Berdasarkan kondisi beban penyakit lokal, keterbatasan pengetahuan masyarakat, dan bukti efektivitas metode latihan praktis, program pengabdian masyarakat yang menggabungkan sosialisasi, pelatihan langsung dengan maneken RJP, serta kolaborasi dengan mitra lokal (misalnya dengan PMI Banyumas, puskesmas, dan pengelola fasilitas umum) merupakan intervensi yang relevan dan berpotensi menurunkan angka kematian akibat HJD di Kabupaten Banyumas. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan praktis, dan kepercayaan diri masyarakat dalam melakukan BHD/RJP sebagai langkah awal penanganan HJD.

Program PkM ini dilaksanakan dengan tujuan memanfaatkan maneken sebagai media dalam kegiatan sosialisasi Resusitasi Jantung Paru (RJP) kepada masyarakat awam

di ruang publik. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan edukasi berupa penyampaian teori singkat sebelum pelaksanaan sesi praktik secara langsung.

## METODE DAN PELAKSANAAN

### Metode

Kegiatan PkM ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif, partisipatif, dan aplikatif, yang menekankan keterlibatan langsung masyarakat dalam proses pembelajaran dan praktik Bantuan Hidup Dasar (BHD) menggunakan maneken resusitasi jantung paru. Metode pelaksanaan dibagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu: (1) sosialisasi, (2) pelatihan, dan (3) penerapan teknologi atau praktik langsung, disertai mekanisme evaluasi dan tindak lanjut keberlanjutan program.

### Pelaksanaan Kegiatan

Tahap awal pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi dan perencanaan teknis bersama mahasiswa relawan dari Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman. Koordinasi ini meliputi penentuan waktu kegiatan, pembagian tugas tim pelaksana, penyiapan alat dan bahan (termasuk maneken RJP), serta penentuan lokasi strategis yang berpotensi ramai oleh masyarakat seperti area olahraga. Saat kegiatan, dilakukan sosialisasi dengan pendekatan interaktif dan persuasif, menekankan pentingnya pengetahuan RJP sebagai keterampilan dasar penyelamatan nyawa yang dapat dilakukan oleh siapa saja.

Tahap pelatihan merupakan inti dari kegiatan PkM. Kegiatan ini dibagi menjadi dua sesi utama, yaitu edukasi teoritis singkat dan praktik langsung (*hands-on*) menggunakan maneken RJP. Sesi pertama, yakni teori disampaikan oleh narasumber dari tim pengabdian (dosen bidang anestesiologi dan dokter residen PPDS Anestesiologi yang telah mengikuti pelatihan BHD). Materi disusun berdasarkan panduan Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI) dan American Heart Association (AHA) Guidelines for CPR 2020, meliputi: 1) Pengertian henti jantung mendadak dan faktor risikonya; 2) Tanda-tanda klinis henti jantung; dan 3) Langkah-langkah Bantuan Hidup Dasar (Urutan C-A-B: *Compression, Airway, Breathing*). Penyampaian teori dikemas secara interaktif dan komunikatif dengan memanfaatkan ilustrasi visual, tanya jawab, dan simulasi singkat agar peserta mudah memahami konsep dasar.

Sesi kedua, yakni praktik langsung (*hands-on training*) yang dilakukan dalam kelompok kecil (maksimal 5 orang per kelompok) agar setiap peserta memperoleh kesempatan melakukan simulasi kompresi dada dan ventilasi secara langsung menggunakan maneken peraga RJP.

Instruktur akan mendemonstrasikan teknik yang benar, kemudian peserta mempraktikkan langkah-langkah berikut: 1) Menilai kesadaran dan respon korban; 2) Memanggil bantuan; 3) Melakukan kompresi dada dengan posisi tangan, kedalaman, dan kecepatan yang sesuai; 4) Memberikan ventilasi buatan (bila memungkinkan); dan 5)

Melakukan siklus RJP berulang sampai bantuan medis datang, korban menunjukkan tanda kehidupan, atau penolong kelelahan.

Tahap ini merupakan bentuk implementasi langsung pengetahuan dan keterampilan RJP di lapangan. Penggunaan maneken peraga RJP dianggap sebagai penerapan IPTEKS (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) yang sederhana namun efektif, karena dapat memberikan simulasi realistik terhadap kondisi korban henti jantung, memungkinkan peserta melakukan latihan berulang tanpa risiko; dan memudahkan peserta untuk memahami pentingnya posisi tubuh, ritme kompresi, dan ketepatan ventilasi selama RJP. Pendekatan praktis ini diharapkan menghasilkan peningkatan nyata dalam keterampilan dan kesiapan masyarakat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebanyak 60 peserta mengikuti kegiatan, terdiri atas masyarakat umum, petugas kebersihan GOR, komunitas olahraga, mahasiswa dan siswa SMA. Sebelum kegiatan dimulai, peserta mengikuti pre-test sederhana berupa wawancara mengenai pengetahuan dasar tentang henti jantung dan langkah-langkah RJP. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta (sekitar 74%) belum memahami urutan langkah RJP dengan benar, dan hanya 18% yang pernah menyaksikan atau mencoba melakukan tindakan tersebut sebelumnya.

Setelah mengikuti sesi edukasi dan praktik langsung (hands-on training) dengan maneken RJP, dilakukan post-test dengan pertanyaan yang sama. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan rata-rata skor meningkat dari 26% menjadi 82%. Selain itu, 71% peserta menyatakan merasa lebih percaya diri untuk memberikan pertolongan pertama pada korban henti jantung setelah mengikuti pelatihan.

Dalam observasi selama praktik, peserta mampu memahami prinsip dasar urutan C-A-B (Compression–Airway–Breathing) dan memperlihatkan perbaikan teknik dalam hal posisi tangan, kedalaman kompresi, serta irama penekanan dada. Antusiasme peserta cukup tinggi, meskipun kendala utama yang dihadapi adalah kurangnya animo awal dari sebagian pengunjung GOR, karena banyak di antara mereka sedang berolahraga dan berjalan-jalan sehingga enggan berhenti untuk mengikuti kegiatan edukatif. Namun, melalui pendekatan persuasif dan demonstrasi langsung oleh instruktur, pemasangan banner edukatif, penawaran pemeriksaan glukosa darah gratis dan pemberian minuman isotonic gratis, jumlah peserta meningkat seiring berjalannya waktu.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat mengenai edukasi dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar/Resusitasi Jantung Paru melalui metode sosialisasi dan praktik langsung dengan maneken berhasil dilaksanakan di Banyumas. Kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam melakukan penanganan henti jantung

mendadak, yang ditunjukkan oleh peningkatan hasil post-test dibandingkan pre-test. Partisipasi aktif masyarakat serta dukungan mitra berkontribusi pada keberhasilan kegiatan. Kendala teknis di lapangan menjadi hambatan namun dapat diatasi. Program ini berdampak positif dalam meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat terhadap kegawatdaruratan jantung di ruang publik.

### Saran

Dilakukannya PkM sosialisasi resusitasi jantung paru kepada lingkup yang lebih terfokus, misalnya pada kelompok tertentu, atau sekolah dan badan institusi lainnya.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada civitas akademika PPDS Anestesiologi dan Terapi Intensif Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman atas dukungannya pada kegiatan ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Afni, A. C. N., Saputro, S. D. dan Fitriyani, N. 2021. Peningkatan kesiapan masyarakat dalam pemberian pertolongan pertama henti jantung di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan*, 1(2): 1–11. Diakses dari: <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/JPKMK/article/view/130>
- Ambarika, R., Anggraini, N. A. dan Amroyan, A. S. 2024. The effect of basic life support health education on increasing knowledge and skills in cardiac arrest. *Journal of Nursing Practice*, 8(1): 220–228. <https://doi.org/10.30994/jnp.v8i1.685>
- Damayanti, M. A. 2024. *Gambaran pengetahuan dan sikap petugas wisata air di Banyumas tentang pertolongan pertama pada kejadian kecelakaan*. Skripsi. Universitas Jenderal Soedirman.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. 2023. *Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2022*. Purwokerto: Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. Diakses dari: <https://static.banyumaskab.go.id/website/documents/dinkes/2023/Profil%20Kesehatan%20Tahun%202022%20Dinas%20Kesehatan%20Kab.%20Banyumas.pdf>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. 2024. *Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2023*. Purwokerto: Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. Diakses dari: <https://static.banyumaskab.go.id/website/documents/dinkes/2024/PROFIL%20KESEHATAN%20KABUPATEN%20BANYUMAS%20TAHUN%202023%20RILIS.pdf>
- Girianto, P. W. R. 2020. Pemberian feedback pada home learning CPR untuk meningkatkan kemampuan bystander CPR. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1): 30–36. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i1.ART.p030-036>
- Grundtvig, M., Wissenberg, M., Lippert, F. K., Hansen, C. M. dan Rasmussen, L. S. 2023. Nationwide initiatives to increase bystander cardiopulmonary resuscitation and survival after out-of-hospital cardiac arrest in Denmark, 2005–2019. *JAMA Network Open*, 6(2): e225215. <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2802521>

- Hidayati, N. 2022. Tingkat pengetahuan masyarakat terhadap bantuan hidup dasar di wilayah Jakarta Utara. *Ners Journal of Community Health*, 7(1): 14–21. Diakses dari: <https://ners.fkep.unand.ac.id/index.php/NJK/article/view/140>
- Kelfatri, K., Dwimartyono, F., Ambo, A. H. A., Harahap, M. W. dan Handayani, K. 2024. Gambaran tingkat pengetahuan tentang Resusitasi Jantung Paru mahasiswa teknik pencinta alam. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 4(4), April. E-ISSN 2808-9146. Diakses dari: <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj>
- Rahmi, D. dan Sulastri, R. 2020. Analisis tingkat pengetahuan relawan kesehatan terhadap tindakan bantuan hidup dasar. *Sriwijaya Journal of Nursing*, 7(2): 88–96. Diakses dari: <https://sjik.org/index.php/sjik/article/view/286>
- Stella, M. A., Wulandari, P. H., Subianto, T. A. L., Jahari, F. A. B. M., Aisyah, A. N., Mahmudah, I., Sandjaja, S., Prabowo, S. D., Nuswantoro, D. dan Widodo, H. S. 2020. The effect of basic life support (BLS) training on the knowledge and skill level of the community in Sidodadi Village, Lawang, Indonesia. *Indonesian Journal of Anesthesiology and Reanimation*, 2(1): 8–12. <https://doi.org/10.20473/ijar.V2I12020.8-12>