

EDUKASI HENTI JANTUNG PARU DAN PELATIHAN HANDS-ONLY CPR: BE A LIFESAVER

Elysabeth Sinulingga¹, Bima Adi Saputra², Septa Meriana,³ Juwita Fransiska Br Surbakti⁴,
Heman Pailak⁵

¹⁻⁵Universitas Pelita Harapan

elysabeth.sinulingga@uph.edu dan juwita.surbakti@uph

Abstrak

Cardiopulmonary resuscitation (CPR) adalah upaya untuk mengembalikan sirkulasi spontan melalui kompresi dada berkualitas tinggi tanpa gangguan yang dikombinasi bantuan napas. Dari studi yang dilakukan oleh *American Heart Association* (AHA) tahun 2010 melaporkan bahwa orang dewasa yang menerima RJP dengan jenis kompresi saja atau disebut sebagai *Hands-Only CPR* dari seseorang lebih bertahan daripada yang tidak menerima RJP jenis apapun. Masyarakat yang tidak memiliki latar belakang ilmu Kesehatan juga berperan penting dalam menolong orang yang henti jantung. Tindakan Resusitasi Jantung Paru yang dilakukan dengan segera merupakan salah satu cara pemberian bantuan hidup dasar. Pengetahuan tentang ini penting untuk menyelamatkan orang-orang disekitar kita terutama keluarga terdekat (Kemenkes, 2022). Tujuannya PkM ini untuk peningkatan pengetahuan, dan skill untuk menolong henti jantung dan henti nafas pada orang awam sebelum tenaga Kesehatan datang membantu metode yang digunakan adalah dimulai dengan pendaftaran, *pre-test*, edukasi Kesehatan jantung, edukasi henti jantung dan henti napas, edukasi *hands-only CPR*, dan diakhiri dengan demonstrasi *hands-only CPR* serta *post-test*. Pada hasil *pre-test* dan *post-test* edukasi *mean pre-test* sebesar 64 dan *mean post-test* sebesar 83. Nilai tambah setelah pelatihan adalah sekitaran 19 poin untuk seminar. Artinya peningkatan skor pasca pengajaran selama edukasi pada CPR yang diperiksa adalah sekitar 19 poin per peningkatan. Berdasarkan hasil yang diperoleh, disimpulkan bahwa edukasi ini menambah pengetahuan dan pemahaman tentang *Hands-only CPR*.

Kata Kunci: Henti Jantung, Henti Napas, dan *Hands-Only CPR*

PENDAHULUAN

Penyakit jantung merupakan penyebab kematian pertama di dunia. Saat ini kasus penyakit jantung terus meningkat dari tahun ke tahun dan banyak dialami oleh orang usia muda. Menurut WHO, diperkirakan pada tahun 2030 akan terjadi 23,6 juta kasus kematian. Henti jantung mendadak akan terjadi pada seseorang yang mengalami serangan jantung. Masyarakat yang tidak memiliki latar belakang ilmu Kesehatan juga berperan penting dalam menolong orang yang henti jantung. Tindakan Resusitasi Jantung Paru yang dilakukan dengan segera merupakan salah satu cara pemberian bantuan

hidup dasar. Pengetahuan tentang ini penting untuk menyelamatkan orang-orang disekitar kita terutama keluarga terdekat (Kemenkes, 2022).

Henti jantung merupakan penyebab kematian terbanyak baik di dunia termasuk Indonesia (Kemenkes, 2017). Ketika seseorang mengalami henti jantung, kelangsungan hidup tergantung pada adanya *Cardiopulmonary resuscitation* (CPR) yang segera dilakukan dari siapapun didekat korban. Jika tidak segera ditolong dalam 15 detik henti jantung, korban akan kehilangan kesadaran, aktivitas listrik dari otak akan terhenti setelah 30 detik, pupil

membesar sepenuhnya setelah 60 detik, dan kerusakan otak terjadi dalam 90-300 detik, untuk itu Sangat penting untuk segera bertindak karena kerusakan yang tidak dapat dipulihkan kembali dapat terjadi dalam waktu singkat (Papastylianou, 2012).

Cardiopulmonary resuscitation (CPR) adalah upaya untuk mengembalikan sirkulasi spontan melalui kompresi dada berkualitas tinggi tanpa gangguan yang dikombinasi bantuan napas. Menurut *American Heart Association* (AHA) tahun 2010, *Hands-only CPR* adalah bantuan hidup dasar dengan jenis kompresi, seseorang yang henti jantung dan menerima RJP minimal kompresi saja memiliki presentase selamat lebih besar dibandingkan orang yang tidak diberikan bantuan apapun. Dengan demikian, diharapkan semua orang awam dapat melakukan CPR. Pengenalan dini tentang henti jantung dapat dilakukan oleh petugas Kesehatan melalui kegiatan promosi Kesehatan.

Pilihan yang tepat yang dapat diajarkan untuk orang awam adalah *Hands-Only CPR* karena dinilai teknik tersebut mudah diingat dan efektif untuk penanganan henti jantung. AHA memperkenalkan teknik *Hands-Only CPR* pada tahun 2008 yang diklaim teknik ini sama efektifnya dengan CPR Konvensional. Teknik *Hands-Only CPR* juga dapat mengurangi rasa panik pada orang awam ketika bertemu dengan korban henti jantung. Teknik *Hands-Only CPR* yang sederhana dapat membantu mengatasi kepanikan dan keragu-raguan dalam bertindak (AHA, 2017). Teknik ini terdiri dari dua langkah mudah yakni panggil bantuan (nomor telepon emergensi terdekat) atau minta seseorang untuk memanggil bantuan (Call 9-1-1) dan langkah kedua adalah melakukan penekanan yang cepat dan kuat pada tengah dada (push hard and fast in the center of the chest). Untuk dapat memberikan pertolongan yang tepat maka seseorang harus mengerti dan belajar mempraktikkan bagaimana memberikan kompresi dada yang baik dan benar.

Dari hasil survey yang dilakukan didapatkan beberapa permasalahan yaitu: warga jemaat GBKP Gading Serpong belum terpapar tentang masalah henti jantung, serangan jantung dan sebagian besar jemaat GBKP Gading Serpong belum mengerti bagaimana cara mendeteksi dan melakukan

pertolongan yang tepat pada seseorang yang mengalami henti jantung.

METODE

Kegiatan ini dilakukan di hari Minggu, 19 Mei 2024. Peserta kegiatan seminar PkM ini adalah jemaat GBKP Gading Serpong 55 peserta dan peserta yang aktif untuk *pre-test* dan *post-test* sebanyak 42 peserta. Waktu kegiatan seminar pelaksanaan PkM telah dilakukan pada hari Minggu, 19 Mei 2024 pukul 10.00-15.00 WIB. Tempat kegiatan ini dilakukan dengan tatap muka di GBKP Gading Serpong. Kabupaten Tangerang, Banten.

Metode pelaksanaan yang dilakukan mulai dari tahap persiapan yaitu tim PkM dan tim mitra Himpunan Masyarakat Karo Indonesia (HPMI) wilayah Banten dan kaum ibu (Moria) Runggun GBKP Gading Serpong bekerja sama dan berkomunikasi secara efektif mengenai cara menolong orang bila ada henti nafas dan henti jantung. Topik yang disepakati adalah tepat, yaitu Edukasi Henti Jantung Paru dan Pelatihan *Hands-only CPR: Be a Lifesaver*. Langkah selanjutnya, Tim menyepakati pembagian tugas antar anggota PkM, seperti: mengajukan proposal, menghubungi narasumber, berkomunikasi dengan koordinator peserta, menyiapkan materi presentasi, menyiapkan pertanyaan latar belakang sebelum dan sesudah tes, dan persiapan buat piagam untuk mitra dan doorprize untuk peserta, dll. Persiapan akhir yang dilakukan adalah melakukan pertemuan dengan tim kelompok untuk latihan “kotor” dan “bersih” guna memastikan alur seminar edukasi ini dengan benar.

Pada tahap pelaksanaan, langkah pertama yang dilakukan oleh tim dimulai dengan kata sambutan, doa dan para peserta diminta untuk mengisi link daftar hadir dan *pre-test* melalui link *Google form*. Bagi peserta yang terkendala dengan mengisi form online, tim sudah menyiapkan form dalam bentuk kertas. Kegiatan selanjutnya adalah penjelasan materi selama 60 menit tentang Perilaku Hidup Sehat dan Jantung Sehat dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar, presentasi dilakukan oleh orang yang ahli yakni Dosen Keperawatan Spesialis Medikal Bedah Universitas Pelita Harapan

Setelah pemberian materi dan pelatihan, kegiatan selanjutnya melakukan evaluasi kepada peserta. Kegiatannya ada dua yang dilakukan yaitu mengisi *post-test* sebanyak 10 pertanyaan dan melakukan praktek simulasi cara menolong henti jantung dan henti nafas dilakukan evaluasi dan pembahasan oleh tim PkM untuk menilai (mengukur) pelaksanaan kegiatan berhasil atau tidak.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 dibawah ini diketahui peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 42 peserta yang mayoritasnya jenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang. Adapun pendidikan yang mayoritas adalah perguruan tinggi 31 orang dan sebanyak 11 orang berpendidikan berpendidikan SMA/Sederajat pengetahuan peserta seminar.

Tabel 1. Data Jenis kelamin dan Pendidikan peserta di GBKP Gading Serpong (n=42)

Karakteristik		Jumlah (Orang)	(%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	13	30.95
	Perempuan	29	69.05
Pendidikan	SMA/ Sederajat	11	26.19
	Perguruan Tinggi	31	73.81
Total		42	100

Pada hasil *pre-test* dan *post-test* 42 peserta memiliki rata-rata skor sebelum dan sesudah tes adalah 64 dan 83. Peningkatan skor setelah seminar kurang lebih 19 poin.

PEMBAHASAN

Di kegiatan ini diketahui adanya peningkatan hasil *pre-test* dengan hasil *post-test* yaitu adalah kurang lebih 19 poin. Hal ini menunjukkan peserta bertambah pengetahuannya setelah mendapatkan edukasi dari kegiatan ini. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SD Negeri Kebonsari

01 Jember Jawa Timur, dimana dunia pendidikan dapat memperluas pengetahuan tenaga pengajar melalui poin pasca pelatihan (Wigati, 2021).

Peserta seminar Edukasi Henti Jantung Paru dan pelatihan Hands-only CPR: Be a Lifesaver berjumlah 55 peserta dan yang mengisi lengkap pre test dan post test adalah 42 peserta. Adapun kendala yang tidak mengisi link google form karena tidak memiliki kuota di HP nya atau tidak memiliki jaringan. Semua peserta antusias mengikuti dan kegiatan dilakukan setelah kebaktian di gereja. Hasil dari pertemuan mereka memberi apresiasi yang sangat baik kepada semua narasumber dan fasilitator kegiatan karena merasa berguna untuk membantu anggota keluarga dan anggota jemaat bila ada yang terjadi henti jantung dan henti paru.

Evaluasi struktur: penggunaan seluruh materi seperti Powerpoint, proyektor, layar PPT dapat dilakukan di lokasi yang kami gunakan yaitu ruang ibadah GBKP Gading serpong. Panitia didukung oleh ahli multimedia dari mitra yaitu muda-mudi di GBKP Serpong, sehingga sangat mendukung pelaksanaannya bagi tim panitia. Pembicara mempunyai pengetahuan tentang topik tersebut dan mampu memberikan informasi kepada peserta dan menjawab pertanyaan mereka secara langsung. Para peserta seminar menunjukkan keaktifan dan antusiasme yang tinggi selama kegiatan seminar dan workshop, sehingga sesi diskusi/tanya jawab berjalan dengan baik dan proses workshop Latihan langsung ke manikin berjalan lancar.

Evaluasi proses secara umum acara berjalan dengan baik, waktu pelaksanaan sesuai dengan hipotesis yang tertuang dalam rangkuman, hari Minggu, 19 Mei 2024, pukul 11.00-15.00 secara tatap muka. Kegiatan PKM Edukasi dilakukan 1 hari di GBKP Gading Serpong setelah ibadah Minggu selesai. Adapun topik yang dijelaskan sesuai dengan kebutuhan jemaat untuk mencegah terjadinya penyakit kardiovaskular dan bagaimana mempraktekan hands only CPR.

Evaluasi hasil seminar ini diikuti oleh 55 orang dan 42 peserta yang lengkap menyelesaikan pre dan

posttest. Kegiatan edukasi ini secara keseluruhan berlangsung dengan baik dan sangat antusias dari peserta. Rundown yang sudah dibuat berjalan dengan lancar dan tepat waktu.

Namun, pada kegiatan workshop tidak semua peserta terlibat saat praktik langsung ke manekin. Diketahui ada kurang lebih 30 orang yang mengikuti workshop langsung ke manekin. Jadi hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor, misalnya peserta datang setelah seminar dan langsung pulang karena tidak bisa melewatkan acara keluarga atau tidak ingin menyelesaikan kegiatan. Hal lainnya peserta merasa malu untuk mencoba sehingga memilih hanya untuk melihat peserta lainnya yang praktik.

KESIMPULAN

Seminar dan pelatihan mengenai henti jantung paru dan pelatihan hands-only CPR sangat penting diberikan kepada orang awam. Dengan adanya pengetahuan dan skill, sehingga orang dapat menolong henti jantung dan henti nafas pada orang awam sebelum tenaga Kesehatan datang. Kegiatan ini 100% berjalan secara efektif dan efisien, hal ini terbukti dari antusiasme peserta mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir acara. Perkembangan skor dari pre dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta. Kesimpulan berisi rangkuman hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan implikasi dari kegiatan yang dilaksanakan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada GBKP Gading Serpong dan Himpunan Masyarakat Karo Indonesia (HMKI) Banten yang telah memberikan kesempatan kepada tim PKM untuk membuat internal PKM nomor PM-024-

FoN/I/2024. Kami panitia kegiatan ini mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pelita Harapan atas kesempatan yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- American Heart Association (AHA). (2015). Cardiac Arrest Vs. Heart Attack. Retrieved from https://cpr.heart.org/AHA/ECC/CPRECC/AboutCPRFirstAid/CardiacArrestvsHeartAttack/UCM_473213_Cardiac-Arrest-vs-Heart-Attack.jsp on April 22, 2019.
- American Heart Association (AHA). (2019). CPR Stats and Stats. Retrieved from https://cpr.heart.org/AHA/ECC/CPRECC/AboutCPRECC/CPRECCFactsAndStats/UCM_475748_CPR-Facts-and-Stats.jsp
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2017, 29 July). Penyakit Jantung Penyebab Kematian Tertinggi, Kemenkes Ingatkan CERDIK. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/article/view/17073100005/penyakit-jantung-penyebab-kematian-tertinggi-kemenkes-ingatkan-cerdik-.html> on April 22, 2019.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2022). Yuk, Mengenal Resusitasi Jantung Paru (RJP). https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/560/yuk-mengenal-resusitasi-jantung-paru
- Wigati, dkk. (2021). Edukasi Protokol Kesehatan dan Pembuatan Hand Sanitizer dalam Rangka Persiapan Sekolah Tatap Muka. Jurnal Abdi Mercusuar, 1 (1), 48-54
- World Health Organization (WHO). (2018, 24 May). The Top 10 Causes of Death. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death> on April 22, 2019