



Edukasi Pertolongan Pertama Tersedak Dengan Teknik Heimlich Maneuver Pada Siswa MTS Al-Ihsan

Choking First Aid Education With Heimlich Maneuver Technique For MTS Al-Ihsan Students

Hafizhah Nur Istiqomah^{1*}, Kharisma Wahyu Widodo², Nabilla Dyva Chiendytia³, Nora Herawati⁴, Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti⁵

¹⁻⁵Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Surakarta

*Korespondensi penulis : hafizhah.ni25@gmail.com

Article History:

Received: Mei 21, 2024

Accepted: Juni 08, 2024

Published: Juni 30, 2024

Keywords: *Demonstration, Education, Heimlich, Student Choking*

Abstract: *Choking is still a concern today, as it is the fourth leading cause of unintentional death. Choking often occurs in infants and children, most of whom are 14 years old. From the results of interviews, it is known that students' knowledge related to handling choking with the heimlich maneuver technique is still lacking. At the service partner, MTS Al-Ihsan Cepogo, Boyolali, education has also never been carried out regarding choking management, especially with the heimlich maneuver technique. The purpose of this community service is to increase students' knowledge and skills related to choking handling using the heimlich maneuver technique. The community service method through educational activities and demonstrations showed an increase in student knowledge by 88%.*

Abstrak

Kondisi tersedak (*choking*) masih menjadi perhatian hingga saat ini, hal ini dikarenakan kondisi ini menduduki penyebab utama kematian tidak disengaja keempat. Tersedak sering terjadi pada bayi dan anak-anak yang sebagian besar berusia 14 tahun. Dari hasil wawancara, diketahui pengetahuan siswa terkait penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver* masih kurang. Pada mitra pengabdian yaitu MTS Al-Ihsan Cepogo, Boyolali juga belum pernah dilakukan edukasi terkait penanganan tersedak, khususnya dengan teknik *heimlich maneuver*. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa terkait penanganan tersedak dengan menggunakan teknik *heimlich maneuver*. Metode pengabdian masyarakat melalui kegiatan edukasi dan demonstrasi menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan siswa sebanyak 88%.

Kata Kunci: Demonstrasi, Edukasi, *Heimlich*, Siswa, Tersedak

PENDAHULUAN

Kondisi tersedak merupakan suatu kondisi dimana terdapat sumbatan pada saluran napas, baik secara total atau parsial akibat adanya benda asing. Hal ini menyebabkan korban sulit bernapas dan dapat menyebabkan kekurangan oksigen. Respon pertama pada seseorang yang tersedak adalah memegang lehernya, merasa tercekik serta terlihat panik (Harigustian, 2020). Kondisi tersedak ini dapat menyebabkan kematian karena keterlambatan dalam pertolongan di fase gawat darurat (*golden period*). Keterlambatan ini seringkali disebabkan karena ketidakmampuan karena kondisi yang parah, peralatan yang kurang memadai, serta rendahnya pengetahuan dan kemampuan dalam memberikan pertolongan *Basic Life Support* (Bantuan Hidup Dasar) pada korban tersedak (Maisyaroh, Kurnianto, et al., 2022).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) dalam (Alhidayat & Handayani, 2022) kejadian tersedak mengalami peningkatan yang cukup signifikan yaitu mencapai 17.537 jiwa. Jumlah kasus tersedak berdasarkan penyebabnya paling tinggi disebabkan akibat makanan dimana mencapai 59,5%, tersedak karena benda asing sebesar 31,4%, dan tersedak yang belum diketahui penyebabnya mencapai 9,1%. Kasus tersedak di Indonesia sudah banyak terjadi tetapi belum ada data statistik tentang angka kejadian tersedak. Sedangkan data Riskesdas tahun 2018 dalam Ismail et al., (2023) menyebutkan bahwa terdapat sebanyak 12.400 orang yang datang ke Unit Gawat Darurat (UGD) dan sebagian besar adalah anak-anak usia 14 tahun termasuk kasus tersedak.

Terdapat beberapa jenis tindakan pertolongan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersedak, salah satunya teknik *heimlich maneuver*. Tindakan *Heimlich Maneuver* adalah tindakan dengan cara mengeluarkan benda asing yang menyumbat laring secara total. Prinsip melakukan tindakan *heimlich maneuver* adalah dengan memberikan tekanan pada paru. Pada tindakan *heimlich* dilakukan tekanan ke dalam dan ke atas rongga perut sehingga membuat diafragma terdorong ke atas. Tenaga dorongan ini akan mendesak udara dalam paru ke luar. Perasat *heimlich* ini dapat dilakukan pada orang dewasa dan juga pada anak (Maisyaroh, Widiyanto, et al., 2022). Dalam memberikan pertolongan pertama harus dilakukan oleh orang terdekat saat kejadian serta ditunjang dengan keterampilan dan pengetahuan yang memadai khususnya di lingkungan sekolah.

Dari hasil wawancara dengan Kepala Sekolah dan beberapa siswa-siswi di MTS Al-Ihsan belum pernah diadakan penyuluhan terkait teknik penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver*. Selama ini jika ada teman yang tersedak, tindakan yang dilakukan hanyalah menepuk bagian punggung. Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan program pengabdian masyarakat yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa terkait

penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver*. Tujuan kegiatan pengabdian ini yaitu memberikan penyuluhan kesehatan terhadap siswa MTS Al-Ihsan, serta mendapat keterampilan dalam menolong anak dan masyarakat di lingkungannya jika mengalami kejadian tersedak pada anak maupun dewasa.

METODE

Metode kegiatan dalam pengabdian masyarakat terhadap Siswa MTS Al-Ihsan Cepogo, Boyolali adalah pemberdayaan siswa melalui edukasi dan demonstrasi. Edukasi dilakukan dengan penyampaian penyuluhan melalui ceramah dengan menggunakan *powerpoint* dan diskusi. Demonstrasi teknik *heimlich maneuver* dilakukan secara langsung yang diperagakan oleh demonstrator dan dipraktikkan ulang oleh siswa. Untuk mengetahui keberhasilan program, maka diadakan *pre-test* dan *post-test*.

Kegiatan awal akan dimulai dengan *pre-test* dengan menanyakan secara singkat pengetahuan siswa tentang mekanisme tersedak dan penanganannya, khususnya dengan menggunakan teknik *heimlich maneuver*. Setelah itu dilanjutkan penyampaian materi terkait penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver* menggunakan media *powerpoint* yang tujuannya agar siswa mengetahui tentang mekanisme terjadinya tersedak, etiologi, tanda gejala, dan penanganan dengan menggunakan teknik *heimlich maneuver*. Kemudian akan dilakukan pendemonstrasian penggunaan teknik *heimlich maneuver* yang akan diperagakan oleh demonstrator. Siswa-siswi diminta untuk memperhatikan selama sesi demonstrasi berlangsung. Tim pengabdian juga akan membagikan leaflet yang berisi tata cara melakukan teknik *heimlich maneuver*, sehingga siswa-siswi dapat menerapkan dengan tepat. Dalam penyampaian edukasi dan demonstrasi ini, dilakukan juga kegiatan diskusi dan tanya jawab bersama siswa-siswi. Tujuannya untuk menambah pengetahuan siswa-siswi terkait materi yang kurang jelas dalam penyampaian edukasi. Setelah sesi diskusi dan tanya jawab, dilakukan *post-test*. *Post-test* ini dilakukan guna mengetahui adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa-siswi terkait penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver*.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam penanganan tersedak menggunakan teknik *heimlich maneuver* dilaksanakan pada tanggal 24 Maret 2024 di MTS Al-Ihsan Cepogo, Boyolali. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 19 siswa. Tema penyuluhan yang disampaikan adalah tentang penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver*. Pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada pukul 09.00 sampai dengan 10.00 WIB.

Siswa sebelumnya telah mendapatkan informasi terkait adanya penyuluhan yang disampaikan oleh Kepala Sekolah. Jumlah siswa yang terdaftar kurang lebih 25 siswa dan pada saat pelaksanaan, siswa yang hadir sebanyak 19 siswa. Materi edukasi berupa presentasi dan demonstrasi tentang pertolongan pertama tersedak (*choking*) dengan teknik *heimlich maneuver*. Selanjutnya dilakukan praktik secara mandiri oleh setiap siswa. Setelah sesi demonstrasi selesai, diadakan sesi diskusi dan tanya jawab dengan tujuan menambah pengetahuan siswa apabila belum paham terkait materi yang dijelaskan. Selanjutnya diadakan sesi *quiz post-test* terkait materi yang telah disampaikan. Sebagai penutup kegiatan dilakukan foto bersama antara tim pengabdian masyarakat dan siswa. Pembuatan leaflet yang dibagikan kepada setiap siswa yang hadir juga diharapkan dapat menjadi panduan dalam pelaksanaan teknik *heimlich maneuver* secara mandiri. Dari hasil penyuluhan dan demonstrasi penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver*, siswa sangat antusias dalam bertanya, menyatakan pendapat, ataupun mempraktikkan ulang. Pemberian pendidikan kesehatan tentang pertolongan pertama tersedak dengan teknik *heimlich maneuver* membuktikan bahwa pengetahuan dan keterampilan siswa meningkat 88% setelah diberikan penyuluhan dengan metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi.



Gambar 1.1 Sesi Edukasi Penanganan Tersedak dengan Teknik *Heimlich Maneuver*

Hasil dari program pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan kami lampirkan dalam tabel berikut:

Tabel 1.1 Hasil Pre – Post Test Pengetahuan Siswa terkait Mekanisme Terjadinya Tersedak

Jumlah Siswa	Jenis Pertanyaan	Pre Test			Post Test		
		Baik	Cukup	Kurang	Baik	Cukup	Kurang
19	Pengetahuan terkait Mekanisme Terjadinya Tersedak	3 (16%)	5 (26%)	11 (58%)	14 (74%)	3 (16%)	2 (10%)

Berdasarkan data pada tabel 1.1 dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang mekanisme terjadinya tersedak dari yang sebelumnya pengetahuan baik sebanyak 3 orang atau 16% meningkat menjadi 14 siswa atau 74%.

Tabel 1.2 Hasil Pre – Post Test Pengetahuan Siswa terkait Penanganan Tersedak (*Choking*) dengan Teknik *Heimlich Maneuver*

Jumlah Siswa	Jenis Pertanyaan	Pre Test			Post Test		
		Baik	Cukup	Kurang	Baik	Cukup	Kurang
19	Pengetahuan terkait Penanganan Tersedak (<i>Choking</i>) dengan Teknik <i>Heimlich Maneuver</i>	0 (0%)	3 (16%)	16 (84%)	17 (90%)	2 (10%)	0 (0%)

Berdasarkan data pada tabel 1.2 dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang penanganan tersedak (*choking*) dengan teknik *heimlich maneuver* dengan hasil kategori kurang setelah dilakukan post test sebanyak 0% dari yang sebelumnya 84% atau 16 siswa.

Tabel 1.3 Hasil Pre – Post Test Keterampilan Siswa terkait Pelaksanaan Teknik *Heimlich Maneuver*

Jumlah Siswa	Jenis Pertanyaan	Pre Test			Post Test		
		Baik	Cukup	Kurang	Baik	Cukup	Kurang
19	Keterampilan terkait Pelaksanaan Teknik <i>Heimlich Maneuver</i>	0 (0%)	0 (0%)	19 (100%)	16 (84%)	3 (16%)	0 (0%)

Berdasarkan data pada tabel 1.3 dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan keterampilan tentang pelaksanaan teknik *heimlich maneuver* dengan hasil sebanyak 100% atau seluruh siswa mengalami peningkatan keterampilan.



Gambar 1.2 Demonstrasi Penanganan Tersedak dengan Teknik *Heimlich Maneuver*

DISKUSI

Pengetahuan siswa terkait mekanisme tersedak sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tergolong masih kurang. Meski sudah mendapat materi terkait sistem pencernaan ataupun pernapasan selama di sekolah, siswa mengaku belum mengetahui terkait mekanisme terjadinya tersedak. Tercatat dari hasil *pre-test*, siswa yang masuk dalam kategori pengetahuan kurang sebanyak 11 orang atau 58%, kategori cukup sebanyak 5 orang atau 26%, dan kategori baik sebanyak 3 orang atau 16%. Hasil setelah dilakukan edukasi pendidikan kesehatan terkait tersedak dengan metode ceramah menggunakan media powerpoint, pengetahuan siswa meningkat. Pengetahuan siswa terkait terjadinya mekanisme tersedak meningkat dengan kategori baik sebanyak 14 orang atau 74%, kategori cukup sebanyak 3 orang atau 16%, dan kategori kurang sebanyak 2 orang atau 10%. Metode yang digunakan dalam edukasi kesehatan adalah metode ceramah. Metode ceramah merupakan salah satu metode yang ekonomis. Adanya powerpoint sebagai media ceramah juga menambah daya tarik siswa sehingga membantu siswa untuk memahami materi lebih mudah (Illavina & Kusumaningati, 2022). Hal ini sesuai dengan penjelasan Notoatmodjo (2018) dalam Nurjannah & Astuti (2022) bahwa memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar. Proses memahami dapat terjadi setelah adanya penjelasan atau pembelajaran tentang materi yang disampaikan. Adanya pendidikan kesehatan yang diberikan merupakan suatu proses perubahan untuk mengubah individu, kelompok, dan masyarakat menuju hal-hal yang positif secara terencana melalui proses belajar. Perubahan dapat meliputi pengetahuan, sikap, dan keterampilan (Wijaya et al., 2023).

Hasil setelah dilakukan edukasi dan demonstrasi, para siswa juga mengalami peningkatan terkait penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver* dengan hasil kategori baik sebanyak 17 orang atau 90%, kategori cukup sebanyak 2 orang atau 10%, dan kategori kurang sebanyak 0%. Ketika dilakukan *pre-test* pengetahuan siswa terkait penanganan tersedak dalam kategori baik sebanyak 0% atau tidak ada yang mengetahui penanganan tersedak dengan cara yang baik dan tepat, sedangkan dalam kategori cukup sebanyak 3 orang atau 16%, dan kurang sebanyak 16 orang atau 84%. Siswa dalam kategori cukup mengatakan untuk menangani tersedak mereka melakukan tepukan pada punggung dan dada, tanpa memperhatikan posisi. Sedangkan untuk kategori kurang, mengatakan bahwa selama ini jika ada kejadian tersedak hanya didiamkan saja. Adanya sumbatan benda asing di saluran napas ketika tersedak dapat menyebabkan terjadinya kerusakan pada jaringan otak dan henti jantung apabila tidak segera dilakukan pertolongan. Pertolongan pertama yang dapat dilakukan untuk

mengeluarkan benda asing yang menyumbat adalah dengan tindakan *heimlich maneuver*. Prinsip melakukan tindakan *heimlich maneuver* adalah dengan memberikan tekanan pada paru. Tekanan ini dilakukan ke dalam dan ke atas rongga perut, sehingga diafragma terdorong ke atas. Tenaga dorongan ini akan mendesak udara dalam paru ke luar. Perasat *heimlich* ini dapat dilakukan pada orang dewasa dan juga pada anak (Maisyaroh, Widiyanto, et al., 2022). Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi dan demonstrasi ini diharapkan mampu memberikan pemahaman dan keterampilan siswa dalam penanganan pertama kasus tersedak. Penyuluhan dan pelatihan merupakan upaya yang penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat umum dan anak-anak khususnya melalui suatu pendekatan pengajaran yang melibatkan aktivitas mendengar dan meniru (Amila et al., 2023). Pertolongan pertama pada pasien yang tersedak bisa dilakukan jika individu atau anggota maupun mahasiswa mengetahui atau mendapatkan pengetahuan mengenai bagaimana teknik-teknik pada penanganan tersedak yang sudah dipelajari sebelumnya dan didukung suatu perilaku yang baik sehingga terlaksanakan dalam menyelamatkan pasien dengan kasus tersedak baik pada bayi, anak-anak, maupun orang dewasa (Ismail et al., 2023).

Keterampilan siswa MTS Al-Ihsan Cepogo juga meningkat dari yang awalnya tidak ada yang bisa melakukan tindakan *heimlich maneuver* meningkat dengan kategori baik sebanyak 84% atau sebanyak 16 orang dan kategori cukup sebanyak 16% atau 3 orang. Seluruh siswa dapat mempraktikkan ulang terkait penatalaksanaan *heimlich maneuver*. Siswa di kategorikan cukup karena datang terlambat ketika sesi edukasi, sehingga hanya mengikuti sesi demonstrasi tanpa edukasi sedari awal. Adanya edukasi mempengaruhi kemampuan pertolongan pertama terhadap kejadian tersedak. Metode edukasi yang diberikan untuk menambah keterampilan siswa yaitu dengan simulasi/demonstrasi. Metode simulasi/demonstrasi efektif dalam edukasi memberikan pertolongan pertama pada sumbatan jalan napas akibat tersedak (Maisyaroh, Kurnianto, et al., 2022). Dengan adanya edukasi dan demonstrasi diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa sesuai dengan standar rekomendasi. Sebagai agent of change, siswa diharapkan dapat memberikan bantuan yang efektif dan efisien di lingkungan sekitar (masyarakat) sehingga masyarakat secara mandiri dapat melakukan tindakan pertolongan pertama pada korban dengan kondisi gawat darurat (Yusrawati et al., 2024), salah satunya terkait kasus tersedak (choking).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan mengenai kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka dapat disimpulkan bahwa dengan pelaksanaan edukasi yang tepat, dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa tentang penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver* sebanyak 88%. Ditandai dengan siswa yang dapat menjelaskan kembali terkait mekanisme tersedak, tanda gejala, penyebab, dan penanganan dengan teknik *heimlich maneuver* termasuk indikasi dan kontraindikasi dalam melakukan tindakan. Saran yang bisa diberikan untuk kegiatan ini adalah setelah adanya kegiatan pengabdian masyarakat tentang edukasi penanganan tersedak dengan teknik *heimlich maneuver* dapat direkomendasikan kepada teman, keluarga, dan masyarakat luas untuk melakukan teknik *heimlich maneuver* apabila terjadi kejadian tersedak baik pada anak maupun dewasa.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah MTS Al-Ihsan Cepogo, Boyolali yang telah memberikan izin serta membantu menyediakan tempat pelaksanaan kegiatan. Selain itu, disampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dan berkontribusi sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan dengan baik dan lancar,

DAFTAR REFERENSI

- Alhidayat, N. S., & Handayani, D. E. (2022). Pengetahuan dan keterampilan bantuan hidup dasar pada kasus choking di SMP Negeri 3 Parangloe Satap Jenemading Kab. Gowa. *Literasi: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 431–435.
- Amila, Sembiring, E., & Sipayung, N. P. (2023). Edukasi kesehatan dan pertolongan pertama choking (tersedak) pada siswa SMA Swasta Medan. *JKOMUNITA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 153–159. <https://doi.org/10.60004/komunita.v2i2.67>
- Harigustian, Y. (2020). Tingkat pengetahuan penanganan tersedak pada ibu yang memiliki balita di Perumahan Graha Sedayu Sejahtera. *Jurnal Keperawatan*, 12(3).
- Illavina, & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh edukasi pembacaan label informasi nilai gizi dengan media slide PowerPoint terhadap pengetahuan siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*, 3(1), 32. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.27-35>
- Ismail, W., Yunus, P., & Damansyah, H. (2023). Tingkat pengetahuan mahasiswa Korps Suka Rela (KSR) tentang pertolongan pertama pada pasien tersedak di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES)*, 2(1), 54–62.

- Maisyaroh, A., Kurnianto, S., & Widiyanto, E. P. (2022). Efektifitas pelatihan bantuan hidup dasar terhadap peningkatan kemampuan siswa Mts Negeri 1 Lumajang dalam penanganan kegawatdaruratan tersedak akibat obstruksi benda asing. *Media Karya Kesehatan*, 5(2), 151–161.
- Maisyaroh, A., Widiyanto, E. P., Sari, R. D. F., Zuraidah, I., & Toha, M. (2022). Keperawatan gawat darurat, kritis, dan manajemen bencana.
- Nurjannah, M., & Astuti, Z. (2022). Penyuluhan kesehatan pertolongan tersedak untuk orang awam di era pandemi Covid-19. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(2), 608–614.
- Wijaya, D. E., Furqoni, P. D., & Hermawan, D. (2023). Asuhan keperawatan masalah kurangnya pengetahuan pada ibu yang memiliki anak usia toddler dengan masalah risiko tersedak melalui pemberian edukasi video di Desa Langkapura Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(5), 8.
- Yusrawati, Hayati, M., Dewi, F., Zulkarnaini, & Masyudi. (2024). Pemantapan keterampilan dasar pertolongan pertama pada korban kegawat-daruratan sehari-hari maupun bencana untuk calon perawat. *J-Abdi*, 3(11), 4.