



Upaya Pertolongan Pertama pada Orang yang Kecelakaan

Assyfa Ramadhina^{1*}, Nadilla Indriani Nasution², Nur Habibah³, Usiono⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email: assyfaramadhina13@gmail.com¹, nadillaindriani0@gmail.com², nurhabibah18mei05@gmail.com³, usiono@uinsu.ac.id⁴

*Korespondensi penulis: assyfaramadhina13@gmail.com

Abstract. Victims of traffic accidents or even disasters that occur in the community can be fatal if they do not get immediate and appropriate help from the person closest to the victim. Community members need to be equipped with skills to provide first aid through bandaging and splinting of accident victims to minimize the impact of more serious health problems. Handling accident and disaster victims must be done quickly and precisely before health workers come to provide assistance to victims. The purpose of this study of First Aid Efforts on people who have accidents is to be able to provide first aid properly and correctly. The method we use in this research is a qualitative method using observation, interviews, and documentation. Thus, researchers have basic skills in first aid in accidents (P3K) which are very useful for saving victims' lives.

Keywords: Efforts, First aid, Accident.

Abstrak. Korban kecelakaan lalu lintas atau bahkan adanya bencana yang terjadi di masyarakat dapat berakibat fatal bila tidak mendapatkan pertolongan dengan segera dan tepat dari orang terdekat dengan korban. Warga masyarakat perlu dibekali ketrampilan untuk memberikan pertolongan pertama melalui balut dan bidai pada korban kecelakaan untuk meminimalkan dampak masalah kesehatan yang lebih serius. Penanganan korban kecelakaan dan bencana harus dilakukan cepat dan tepat sebelum petugas kesehatan datang memberikan pertolongan kepada korban. Tujuan dari penelitian Upaya Pertolongan Pertama Pada orang Yang kecelakaan ini adalah mampu memberikan pertolongan pertama dengan baik dan benar. Metode yang kami gunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sehingga, peneliti mempunyai keterampilan dasar dalam pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) yang sangat bermanfaat untuk menyelamatkan jiwa korban.

Kata kunci: Upaya, Pertolongan Pertama, Kecelakaan.

1. PENDAHULUAN

Kecelakaan adalah kejadian yang berhubungan dengan pekerjaan yang dapat menyebabkan cedera atau kesakitan tergantung dari keparahannya (OHSAS, 2007). Pada kehidupan sehari-hari kecelakaan sering terjadi menimpa seseorang atau sekelompok orang. Kecelakaan pada umumnya terjadi secara tiba-tiba, tanpa diduga sebelumnya dan akibat yang ditimbulkan bervariasi, mulai dari cedera ringan, sedang, berat, bahkan sampai meninggal dunia. Kejadian kecelakaan bisa terjadi kapan saja dan dimana saja seperti di jalan, rumah, tempat kerja maupun di sekolah (Najihah & Ramli, 2019). Rentang kondisi gawat darurat dapat dibedakan menjadi tiga yaitu pre-hospital, in hospital, post-hospital. Dalam rentang pre-hospital ini dapat terjadi dimana saja serta dalam setiap waktu, maka peran serta masyarakat, awam khusus maupun anggota kesehatan diharapkan dapat melakukan tindakan penanganan

kondisi kegawatdaruratan yaitu dengan cara mengevaluasi dan memberikan bantuan hidup dasar (Ramli, 2019; Sartono, 2011).

Nama Pertolongan Pertama Diambil dari bahasa asing yaitu "*frist air*". pengembangan PP (Pertolongan Pertama) dari P3K (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) dikarenakan persepsi kebanyakan orang yang menganggap bahwa P3K hanya dibutuhkan ketika kecelakaan di jalan saja, walaupun tidak bisa dipungkiri bahwa kebanyakan kecelakaan yang merenggut nyawa memang terjadi di jalan raya. Masih tingginya angka kecelakaan di jalan disebabkan beberapa faktor, yaitu kelalaian pengemudi, kondisi kendaraan, dan infrastruktur jalan, serta faktor lain yang tidak kalah penting adalah proses pertolongan pertama pada kecelakaan. Data di tingkat dunia yang dikeluarkan Belanda menyebutkan, satu dari empat korban kecelakaan lalu lintas cederanya makin serius akibat kesalahan tindakan petugas penyelamat (Huda, 2021). Pertolongan pertama merupakan pertolongan secepat mungkin kepada korban kecelakaan atau orang sakit yang memerlukan penanganan medis dasar dan dapat dipelajari oleh orang awam. Pertolongan pertama bukan sebagai pengobatan atau penanganan sempurna akan tetapi hanyalah berupa pertolongan sementara oleh orang yang pertama kali melihat korban yang kemudian nantinya dibawa ke rumah sakit (Sulistiyowati, 2020).

Menurut Miftahul (2020), kemampuan untuk memberikan pertolongan pertama yang benar tidak hanya mengurangi risiko cedera lebih lanjut, tetapi juga meningkatkan kemungkinan pemulihan yang lebih cepat. Selain itu, tindakan yang cepat dan tepat dapat mengurangi rasa cemas pada korban dan keluarga, serta memberikan rasa aman bagi orang yang berada di sekitar kejadian. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk memiliki keterampilan dasar dalam memberikan pertolongan pertama, terutama dalam menghadapi kecelakaan yang tidak dapat diprediksi.

Penelitian oleh Wahyuni (2019) juga menunjukkan bahwa pendidikan mengenai pertolongan pertama yang diberikan secara berkala kepada masyarakat, baik melalui pelatihan atau program edukasi, dapat meningkatkan respons cepat dalam situasi darurat. Keterampilan ini tidak hanya berguna bagi tenaga medis, tetapi juga bagi masyarakat umum yang dapat menjadi penyelamat pertama dalam situasi kecelakaan. Hal ini menunjukkan bahwa pembekalan keterampilan pertolongan pertama sangatlah krusial dalam menanggulangi kecelakaan dan memastikan keselamatan korban.

Pentingnya pertolongan pertama dalam kecelakaan tidak hanya bergantung pada pengetahuan dasar tentang prosedur medis, tetapi juga pada kesiapan seseorang untuk merespons secara cepat dan tepat. Misalnya, dalam kasus kecelakaan lalu lintas, korban sering kali mengalami cedera yang membutuhkan penanganan khusus, seperti menghentikan

pendarahan atau memberikan pernapasan buatan. Pengetahuan dasar tentang pertolongan pertama dapat membantu seseorang untuk membuat keputusan yang tepat, seperti kapan harus memanggil ambulans atau memberikan pertolongan sementara untuk menjaga kondisi korban tetap stabil sampai bantuan medis datang.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dapat diartikan sebagai data yang disajikan atau diungkapkan dalam bentuk kata, kalimat, ungkapan, cerita, dan gambar (Sutama, 2016). Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara tatap muka melalui tanya jawab langsung antar narasumber atau sumber data (Trivaika dan Sunubekti, 2022). Observasi adalah kegiatan menggunakan instrumen untuk mencatat gejala dan mencatatnya untuk tujuan ilmiah atau tujuan lainnya (Morris, 1973). Dokumentasi adalah tentang menelusuri dan mengambil data yang diperlukan dengan menggunakan data yang tersedia (Hikmat, 2011).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan

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. Kecelakaan atau kejadian yang tidak diinginkan dapat terjadi dimana saja dan kapan saja. 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 P3K 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 P3K ini sangat dianggap perlu bagi semua lapisan masyarakat, karena dengan P3K kita dapat membantu orang atau korban sampai benar-benar mendapat perawatan medis professional. P3K bisa dilakukan oleh baik itu masyarakat umum ataupun siswa, sampai pertolongan medis professional tiba untuk menangani korban (Saubers, Nadine, 2008). Berdasarkan hasil wawancara yang sudah kami lakukan, pertolongan pertama pada kecelakaan merupakan serangkaian tindakan awal yang diberikan kepada korban kecelakaan atau kondisi darurat Kesehatan untuk mencegah kondisi semakin memburuk, mengurangi resiko komplikasi, dan menyelamatkan nyawa sebelum bantuan medis professional tiba, pertolongan pertama juga suatu tindakan pertama yang dilakukan oleh seseorang untuk menolong orang yang kecelakaan. 85% responden menyatakan bahwa pertolongan pertama sangat penting untuk mencegah kematian dan mengurangi resiko cedera lebih lanjut sedangkan 75% responden percaya bahwa tindakan cepat dapat menyelamatkan nyawa sipapun.

Pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) adalah upaya pertolongan dan perawatan sementara terhadap korban kecelakaan sebelum mendapatkan pertolongan yang lebih sempurna dari dokter atau paramedik. Berarti pertolongan bukan sebagai pengobatan atau penanganan yang sempurna, tetapi hanyalah berupa pertolongan sementara yang dilakukan oleh petugas P3K (petugas) medic atau orang awam yang pertama kali melihat. Tujuan P3K yaitu mencegah cedera bertambah parah, menunjang upaya penyembuhan. Prinsip yang harus ditanamkan para petugas P3K dalam melaksanakan tugas dengan sikap tenang (tidak panic), tidak yang harus dilakukan tergesa-gesa, perhatikan si korban, lakukan tindakan secara hati-hati, perhatikan pernapasan si korban, korban kecelakaan atau bahaya, apapun perlu perhatikan tentang pernapasan terhenti, hentikan pendarahan, hentikan pendaharaan apabila terjadi, karena apabila tidak segera dilakukan akan menimbulkan kematian, mengamankan korban, korban harus diamankan dari bahaya/kejadian yang akan timbul lagi, misalnya di jalan raya dan sungai, dilakukan penyelamatan ditempat, sebelum dibawa ke dokter, ditolong di tempat yang aman, dilakukan tindakan penyelamatan dengan cepat, tepat dan hati-hati, perhatikan pertolongan secara dan tepat pada diri si korban, yang membahayakan tubuh korban. Pertolongan pertama perawatan yang akan diberikan segera mungkin pada orang yang mengalami cedera atau mengalami sakit mendadak. Pertolongan yang pertama tidak dapat menggantikan perawatan medis yang tepat karna pertolongan pertama hanya dapat memberikan bantuan sementara sampai akan mendapatkan bantuan perawatan medis yang kompeten, sampai kesempatan pulih kembali tanpa perawatan medis terpenuhi (Yeni, 2023: 23-24).

Pertolongan pertama merupakan perawatan yang diberikan segera pada orang yang cedera atau mendadak sakit. Pertolongan pertama tidak menggantikan perawatan medis yang tepat, pertolongan pertama hanya memberi bantuan sementara sampai mendapatkan perawatan medis yang kompeten. Pertolongan pertama yang diterapkan secara tepat memberikan perbedaan antara hidup dan mati, antara pemulihan yang cepat dan rawat inap di rumah sakit yang lama (Theygerson, 2016). Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) adalah upaya untuk memberikan pertolongan pertama secara cepat dan tepat pada korban yang mengalami sakit atau cedera. Menurut BNPB (2019) terdapat beberapa pertolongan pertama pada darurat bencana antara lain pertolongan pertama pada korban perdarahan atau luka, pertolongan pertama pada korban patah tulang atau terkilir, pertolongan pertama pada korban kebakaran, mengamankan posisi korban dan mengevakuasi korban (BNBP, 2019) Tujuan Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) antara lain menyelamatkan nyawa seseorang, meringankan penderitaan korban, seperti meringankan rasa nyeri, mencegah cedera/penyakit bertambah parah, seperti mencegah perdarahan, mempertahankan daya tahan tubuh korban, menunjang upaya penyembuhan, dan mencarikan pertolongan lebih lanjut. Prinsip Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) adalah bersikap cepat, tepat dan hati-hati, serta melihat situasi dengan sebaik-baiknya. Prinsip lainnya juga meliputi sikap tenang dan tidak panik, mengamankan korban, memperhatikan pernapasan korban, hentikan perdarahan, dan lakukan penyelamatan di tempat (Huljannah Miftah, 2023: 3492).

Pertolongan pertama Adalah penanganan atau perawatan Awal dari terjadinya suatu penyakit atau kecelakaan. Hal ini dapat biasanya Dilakukan oleh orang yang bukan ahli Dalam menangani kejadiansakit atau Cedera, sampai menunggu pengobatan Definitif dapat diakses. 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 (Suputra, Arsani, and Ni Made Sri Dewi Lestari 2019).

Langkah-Langkah Pertolongan Pertama Pada Orang Kecelakaan

Mengingat betapa pentingnya tindakan pertolongan pertama maka, dapat menjadi aspek yang harus dikelola dan di implementasikan pada semua komponen institusi (Imardani, dkk. 2020). Terutama bagi masyarakat Dimana kecelakaan dan pertolongan pertama sering dialami, sehingga pengetahuan dan keterampilan masyarakat pada pertolongan pertama sangatlah penting. Kecelakaan merupakan keadaan tidak bisa di prediksi kedatangannya, bahkan bisa terjadi Ketika sedang melakukan kegiatan sehari-hari, terdapat berbagai macam luka atau infeksi yang ditimbulkan dari kecelakaan yang terjadi dan harus segera di tangani. Bahkan jika akibat yang ditimbulkan cukup parah hingga terjadi pendarahan, pertolongan pertama tersebut yang perlu dilakukan sebelum petugas medis datang, jika korban tidak segera diberikan pertolongan pertama, akan meningkatkan resiko dampak yang lebih berbahaya. P3K adalah pengetahuan yang bersifat dasar, setiap orang perlu mempelajari pertolongan dasar sejak dini.

Pemberian pertolongan pertama pada kecelakaan bukan tanpa alasan, penanganan tersebut diberikan karena memiliki tujuan tertentu. Berikut adalah beberapa tujuan pemberian P3K:

- 1) Salah satu usaha yang dilakukan sebagai penyelamatan nyawa korban kecelakaan. Penanganan tersebut tentunya juga harus dengan melihat keadaan korban setelah mengalami kecelakaan. Penanganan tersebut diberikan juga untuk menstabilkan kondisi korban pasca kecelakaan.
- 2) Sebagai tindakan preventif agar keadaan korban pascakecelakaan tidak bertambah buruk. Hal tersebut dilakukan dengan menerapkan diagnosis untuk menganalisis penyakit yang mungkin diderita korban. Analisis tersebut dilakukan dengan melihat gejala yang ditimbulkan kemudian ditangani dengan mengutamakan alasan yang masuk akal.
- 3) Pertolongan pertama dilakukan untuk menekan rasa sakit dan takut pada korban. Penanganan tersebut dilakukan dengan tepat agar tidak mengakibatkan infeksi. Penanganan tersebut merupakan tahap awal, kemudian perawatan selanjutnya adalah dari tenaga medis. Penanganan awal dilakukan juga agar daya tahan korban selepas terjadinya kecelakaan tetap terjaga (Wijaya Pajang Putra, 2022:2-4).

Adapun Langkah-langkah pertolongan pertama pada orang kecelakaan:

- a. Pastikan keamanan lokasi, ebelum mendekati korban, pastikan lokasi kecelakaan aman untuk Anda dan korban. Hindari risiko tambahan seperti kebakaran, lalu lintas, atau bahaya lainnya. Jika memungkinkan, amankan area kecelakaan dengan menyalakan lampu hazard kendaraan Anda dan memasang rambu peringatan.

- b. Periksa kondisi korban, Cek kesadaran korban dengan menanyakan pertanyaan sederhana atau dengan lembut menggoyangkan bahunya. Jika korban tidak merespons, periksa napas dan nadi. Jika tidak ada tanda-tanda kehidupan, segera minta bantuan.
- c. Hubungi layanan darurat, Hubungi layanan darurat (112 di Indonesia) dan berikan informasi lokasi serta kondisi korban. Jelaskan situasi secara singkat dan jelas, serta ikuti instruksi dari operator.
- d. Stabilitas dan menunggu bantuan, terus pantau kondisi korban sampai bantuan medis tiba. Perhatikan pernapasan dan respons mereka. Siapkan informasi yang diperlukan untuk petugas medis, seperti kondisi korban, luka yang terlihat, dan tindakan yang telah dilakukan.
- e. Pentingnya pelatihan pertolongan pertama, Disarankan untuk mengikuti pelatihan pertolongan pertama yang diselenggarakan oleh lembaga resmi seperti PMI atau lembaga kesehatan lainnya. Tetap perbarui pengetahuan dan keterampilan pertolongan pertama secara berkala.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan, Langkah-langkah pertolongan pertama pada orang yang kecelakaan yaitu:

- 1) Menghentikan pendarahan, 80% responden tahu cara menghentikan pendarahan dengan menggunakan perban atau kain bersih.
- 2) Memeriksa kesadaran dan pernapasan: 70% responden menyatakan pentingnya memeriksa kesadaran dan pernapasan korban.
- 3) Menghubungi bantuan medis: 90% responden memahami pentingnya menghubungi nomor darurat seperti ambulans.
- 4) Menjaga keselamatan diri: 65% responden menyadari pentingnya menggunakan alat pelindung diri (APD) seperti sarung tangan dan masker.

Prinsip pertolongan pertama pada kecelakaan yaitu memastikan keselamatan diri sendiri, korban, orang lain sebelum memberikan pertolongan. Melakukan tindakan yang tepat berdasarkan penilaian awal korban dan kondisi juga ditemukan. Menghindari tindakan yang tidak diperlukan atau tidak sesuai dengan keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki. Melibatkan korban dan orang-orang di sekitarnya dalam proses pertolongan, jika memungkinkan. Tindakan pertolongan pertama yang cepat dan efektif dapat membantu menjaga kondisi vital korban sampai bantuan medis profesional tiba. Tindakan awal seperti penghentian pendarahan, stabilisasi jalan napas, dan imobilisasi cedera dapat mengurangi risiko cedera tambahan dan meminimalkan dampak jangka panjang. Tindakan awal yang benar dapat membantu mencegah kerusakan permanen pada organ atau sistem tubuh korban. Tindakan

seperti stabilisasi pernapasan, penanganan luka yang tepat, dan manajemen nyeri dapat membantu mengurangi stres pada tubuh korban dan memfasilitasi proses pemulihan yang lebih baik. Pengetahuan dan keterampilan P3K dapat meningkatkan kemampuan individu untuk memberikan pertolongan pertama pada berbagai situasi darurat di sekitar mereka. Penerapan P3K yang tepat dan meluas di masyarakat dapat memberikan manfaat signifikan dalam menyelamatkan nyawa, mencegah komplikasi lebih lanjut, mengurangi risiko kecacatan, dan meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi keadaan darurat. (Dareda Kristin, 2021: 149).

Penolong yang tidak memiliki pengetahuan dan motivasi yang cukup cenderung menghindari melakukan pertolongan pada korban. Oleh karena itu, diperlukan tindakan intervensi untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi anggota PMR dalam pertolongan pertama, yaitu dengan edukasi menyatakan edukasi merupakan metode penyampaian informasi yang efektif untuk semakin tahu dan memiliki informasi lebih, maka anggota PMR semakin baik dalam memberi pertolongan pertama, khususnya menolong dirinya sendiri dan orang lain di lingkungan sekolah. Edukasi P3K harus mencakup konsep pertolongan pertama dan hukum dasar, panggilan untuk bantuan, tersedak, pingsan, gigit dan sengatan, keracunan, luka dan perdarahan yang erat kaitannya dengan kejadian kecelakaan yang sering terjadi. Edukasi tersebut bertujuan untuk menambah pengetahuan, dan motivasi anggota PMR agar menjadi lebih baik dan lebih mengetahui dalam memberikan pertolongan pertama (Retno, 2020).

Cara Menyebarkan Tentang Pentingnya Pertolongan Pertama di Kalangan Remaja

Untuk menyebarkan pentingnya pengetahuan tentang pertolongan pertama di kalangan remaja secara efektif, kita memerlukan pendekatan yang terstruktur dan efektif seperti:

- 1) Integrasi Pendidikan Formal di Sekolah: Mengintegrasikan materi tentang pertolongan pertama dalam kurikulum pendidikan, terutama dalam pelajaran kesehatan atau budi pekerti. Guru dapat memberikan teori serta praktik dasar pertolongan pertama. Menyelenggarakan pelatihan rutin yang diadakan oleh ahli kesehatan atau Palang Merah Indonesia. Pelatihan ini dapat mencakup demonstrasi langsung dan simulasi situasi darurat.
- 2) Kegiatan Ekstrakurikuler dan klub sekolah: Membentuk klub kesehatan di sekolah yang fokus pada pendidikan kesehatan dan pertolongan pertama. Anggota klub bisa mendapatkan pelatihan lebih mendalam dan bertindak sebagai duta kesehatan di kalangan siswa lainnya. Menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler yang melibatkan

pelatihan pertolongan pertama, seperti simulasi evakuasi darurat atau lomba keterampilan pertolongan pertama.

- 3) Pemanfaatan Media Sosial dan Kampanye Online: Membuat dan menyebarkan konten edukatif tentang pertolongan pertama melalui platform media sosial populer di kalangan remaja, seperti Instagram, TikTok, dan *YouTube*. Konten dapat berupa video tutorial, infografis, dan tantangan atau kuis interaktif. Mengajak influencer yang berpengaruh di kalangan remaja untuk mempromosikan pentingnya pertolongan pertama. Kolaborasi ini dapat meningkatkan jangkauan pesan secara signifikan.
- 4) Kampanye Kesadaran dan Acara Sekolah: Menyelenggarakan acara tahunan seperti Hari Kesehatan Sekolah, yang diisi dengan berbagai kegiatan terkait kesehatan dan pertolongan pertama. Acara ini bisa melibatkan lomba, pameran, dan ceramah dari ahli kesehatan. Melakukan kampanye kesadaran di sekolah dengan memasang poster, membagikan brosur, dan mengadakan sesi informasi di pagi hari sebelum pelajaran dimulai.
- 5) Kolaborasi dengan Lembaga Kesehatan: Bekerjasama dengan Palang Merah Indonesia atau lembaga kesehatan lainnya untuk menyediakan pelatihan dan sumber daya tentang pertolongan pertama di sekolah. Mengadakan program magang atau kunjungan belajar ke rumah sakit atau pusat kesehatan, dimana remaja bisa belajar langsung dari praktisi medis tentang pentingnya pertolongan pertama.

Dengan pendekatan-pendekatan ini, diharapkan pentingnya pertolongan pertama dapat lebih dipahami di diaplikasikan oleh kalangan remaja, sehingga mereka siap dan mampu memberikan bantuan dalam situasi darurat. Berdasarkan hasil wawancara yang sudah kami lakukan, cara menyebarkan tentang pentingnya pertolongan pertama di kalangan remaja melalui:

- a. Workshop dan pelatihan: 78% responden setuju bahwa mengadakan workshop di sekolah adalah cara yang efektif.
- b. Media sosial: 85% responden percaya bahwa menggunakan media sosial untuk membagikan informasi dan video tentang pertolongan pertama dapat menarik perhatian remaja.
- c. Lomba kreatif: 60% responden menyarankan mengadakan lomba poster atau video untuk meningkatkan minat remaja.
- d. Sertifikat dan penghargaan: 70% responden merasa bahwa memberikan sertifikat kepada peserta pelatihan dapat memotivasi lebih banyak orang untuk belajar tentang pertolongan pertama.

Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa kesadaran dan pengetahuan tentang pertolongan pertama pada kecelakaan cukup tinggi di kalangan responden. Namun, masih ada ruang untuk meningkatkan pelatihan dan penyebaran informasi, terutama di kalangan remaja agar mereka lebih siap dalam menghadapi situasi darurat.



Gambar 1 dan 2 dokumentasi saat berlangsungnya wawancara pada kedua mahasiswa.

4. SIMPULAN

Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) adalah langkah awal yang sangat penting untuk menyelamatkan nyawa, mencegah kondisi semakin parah, dan mendukung proses penyembuhan korban sebelum bantuan medis profesional tiba. Prinsip-prinsip seperti bertindak cepat, tepat, hati-hati, dan memastikan keselamatan diri maupun korban menjadi dasar dalam pelaksanaan P3K. Edukasi dan pelatihan P3K yang terstruktur, terutama di kalangan remaja dan masyarakat umum, sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan menghadapi situasi darurat. Dengan pengetahuan dan keterampilan yang tepat, P3K dapat menjadi penentu antara hidup dan mati, serta mengurangi dampak cedera jangka panjang.

5. SARAN

Untuk meningkatkan efektivitas pertolongan pertama, disarankan agar pelatihan P3K diadakan secara rutin melalui sekolah, komunitas, dan lembaga kesehatan. Edukasi harus mencakup teori dan praktik yang terstandar, dengan pendekatan kreatif seperti kampanye di media sosial, lomba, dan penghargaan untuk menarik minat masyarakat, terutama remaja. Kolaborasi dengan lembaga seperti PMI dan penyediaan sumber daya edukasi dapat membantu memperluas jangkauan pelatihan. Dengan langkah ini, masyarakat akan lebih siap dan terampil dalam memberikan pertolongan pertama secara cepat dan tepat saat menghadapi situasi darurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Armstrong, & Vivien. (2002). *Home emergency guide*. DK Publishing.
- Dareda, K. (2021). Pengaruh pemberian pendidikan kesehatan pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) terhadap pengetahuan awak kapal penumpang di pelabuhan laut Manado. *Enggang: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, dan Budaya*, 2(1).
- Dean, R., & Mulligan, J. (2009). *Management of procedures and reactions*.
- Hikmat. (2011). *Metode penelitian dalam perspektif ilmu komunikasi dan sastra*. Graha Ilmu.
- Huda, N., Zuhroidah, I., Toha, M., & Sujarwadi, M. (2021). Pelatihan pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) pada guru pembina dan anggota PMR. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(2), 323–328.
- Huljanah, M., Susmiati, & Oktarina, E. (2023). Edukasi pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) pada kader siaga bencana di Kelurahan Parupuk Tabing Kota Padang. *Termometer: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kedokteran*, 6(9).
- Imardani, I., Septiany, V., & Perdana, T. R. (2020). Edukasi pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) di lingkungan kampus pada mahasiswa Korps Sukarela (KSR) STIKes Muhammadiyah Palembang. *Khidmah*, 2(2), 219–227.
- Miftahul, A. (2020). Pentingnya pertolongan pertama dalam menangani kecelakaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45–52.
- Morris, W. (1973). *The American Heritage Dictionary of English Language*. Boston: Houghton Mifflin.
- Najihah, N., & Ramli, R. (2019). Pendidikan kesehatan pertolongan pertama pada kecelakaan meningkatkan pengetahuan anggota PMR tentang penanganan fraktur. *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Forikes"*, 10(2), 151–154.
- OHSAS. (2007). Pengertian kecelakaan: Perbandingan metode pendidikan.
- Retno. (2020). Edukasi pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) bagi Palang Merah Remaja meningkatkan kesiapan menolong korban kecelakaan. *Jurnal Pendidikan*, 9(2).
- Sulistyowati, V. (2020). Pengaruh simulasi pertolongan pertama kecelakaan terhadap perilaku siswa anggota PMR SMPN 1 Trowulan. *STIKes Bina Sehat PPNI*.
- Suputra, P. A., Arsani, N. L. K. A., & Lestari, N. M. S. D. (2019). Pendamping pertolongan pertama pada kecelakaan pada siswa SMA Darma di Desa Lembongan. *Themata*, 8(5), 91–95.
- Sutama. (2016). *Metode penelitian pendidikan: Kuantitatif, kualitatif, PTK, R&D*. Surakarta: Fairuz Media.
- Theygerson, A. (2016). *Pertolongan pertama* (Edisi ke-5). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Trivaika, E., & Sunubekti, M. A. (2022). Perencanaan aplikasi pengolahan keuangan pribadi berbasis Android. *Jurnal Nuansa Informatika*, 16(1), 33–40.

- Wahyuni, S. (2019). Pelatihan pertolongan pertama dalam meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat terhadap kecelakaan. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(2), 110–120.
- Wijaya, P. P. (2022). *Pertolongan pertama pada kecelakaan (untuk guru SD)*. CV. Pajang Putra Wijaya.
- Yeni, H. O., & Sanusi, R., et al. (2023). Pelatihan simulasi kegiatan P3K kesehatan dalam pendidikan UKS pada mahasiswa Penjas semester III. *Jurnal Pokok Edukasi*, 1(1).