

PENELITIAN ASLI

EDUKASI PERTOLONGAN PERTAMA PADA PINGSAN UNTUK REMAJA: UPAYA PENCEGAHAN RISIKO CEDERA DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Amila¹, Evarina Sembiring², Siti Munawarah³, Susilawati Damanik⁴

^{1,2,3,4}*Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia*

Info Artikel

Riwayat Artikel:
Diterima: 15 Juni 2025
Direvisi: 22 Juni 2025
Diterima: 28 Juni 2025
Diterbitkan: 09 Juli 2025

Kata kunci: edukasi kesehatan, pertolongan pertama, sinkop, siswa SMP, cedera sekunder

Penulis Korespondensi:

Amila
Email: mila_difa@yahoo.co.id

Abstrak

Latar Belakang: Pingsan (sinkop) merupakan kondisi hilangnya kesadaran sementara akibat penurunan aliran darah ke otak. Meskipun sering dianggap ringan, kondisi ini dapat menyebabkan cedera sekunder seperti luka atau trauma kepala jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat. Di lingkungan sekolah, kasus pingsan sering terjadi, terutama saat upacara, aktivitas fisik, atau dehidrasi, namun masih banyak siswa dan guru yang belum memiliki keterampilan pertolongan pertama yang memadai. Tujuan: Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SMP dalam memberikan pertolongan pertama pada kasus pingsan melalui edukasi interaktif dan simulasi. Metode: Pengabdian masyarakat dilaksanakan di SMP 4 Muhammadiyah Medan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif. Kegiatan terdiri atas pre-test, penyuluhan interaktif, demonstrasi pertolongan pertama, simulasi praktik, dan post-test. Evaluasi dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa. Hasil: Terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman dan kesiapsiagaan siswa. Sebelum diberikan edukasi mayoritas pengetahuan peserta kurang sebanyak 60% dan setelah diberikan edukasi mayoritas pengetahuan baik sebanyak 85%. Peserta mampu mengidentifikasi gejala sinkop serta melakukan langkah pertolongan yang tepat dan aman. Simulasi juga menunjukkan peningkatan kepercayaan diri siswa dalam menangani kondisi pingsan. Kesimpulan: Edukasi pertolongan pertama terhadap pingsan terbukti efektif meningkatkan kapasitas siswa dalam menghadapi kejadian darurat di sekolah. Kegiatan ini mendukung terciptanya lingkungan belajar yang aman serta memperkuat peran UKS dan PMR sebagai pelopor kesehatan sekolah.



1. Pendahuluan

Pingsan (sinkop) merupakan kondisi hilangnya kesadaran sementara yang disebabkan oleh berkurangnya aliran darah ke otak. Kondisi ini cukup sering terjadi pada remaja, termasuk siswa sekolah menengah pertama (SMP), terutama saat mereka mengalami kelelahan, dehidrasi, lapar, atau situasi emosional yang intens. Di lingkungan sekolah, pingsan dapat terjadi saat upacara bendera, kegiatan olahraga, atau di dalam kelas yang padat dan panas.

Remaja usia sekolah, khususnya siswa SMP, merupakan kelompok yang aktif secara fisik dan emosional. Dalam lingkungan sekolah, mereka terlibat dalam berbagai aktivitas seperti belajar, olahraga, dan kegiatan ekstrakurikuler yang menuntut energi serta konsentrasi tinggi. Kondisi tersebut, ditambah dengan pola makan tidak teratur, kurang istirahat, stres, serta ruang kelas yang pengap, dapat memicu terjadinya kondisi medis darurat seperti pingsan (sinkop).

Meskipun umumnya tidak berbahaya, pingsan dapat menimbulkan risiko cedera sekunder jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat. Di lingkungan sekolah, sering kali siswa maupun guru belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus pingsan. Hal ini dapat menyebabkan keterlambatan penanganan dan meningkatnya risiko komplikasi, seperti luka akibat jatuh atau bahkan trauma kepala.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa dan bahkan guru belum memiliki keterampilan praktis dalam memberikan pertolongan pertama, khususnya dalam kasus pingsan. Dalam situasi seperti ini, sering kali orang di sekitar korban tidak tahu harus berbuat apa, bahkan melakukan tindakan yang keliru. Akibatnya, respon yang lambat atau penanganan yang salah sering kali memperburuk situasi dan meningkatkan risiko komplikasi.

Pemberian edukasi pertolongan pertama kepada siswa SMP tidak hanya dapat meningkatkan kesiapsiagaan mereka dalam menghadapi situasi darurat, tetapi juga mendorong terbentuknya budaya tolong-menolong dan kepedulian sosial sejak usia dini. Kegiatan ini sejalan dengan upaya promotif dan preventif dalam bidang kesehatan, khususnya dalam membangun sekolah sebagai lingkungan yang aman dan responsif terhadap kondisi medis darurat ringan.

Data terbaru dari penelitian di SMP Negeri 30 Surabaya (2024) menunjukkan bahwa 67% siswa belum mengetahui urutan tindakan P3K pada sinkop, dan 78% belum pernah mendapatkan pelatihan langsung (1). Intervensi berbasis edukasi dan simulasi terbukti meningkatkan kesiapsiagaan siswa. Misalnya, program pelatihan di SMPN 19 Semarang

(2024) berhasil menaikkan kesiapan siswa dari 60% menjadi 100% setelah edukasi dan praktik pertolongan pertama berbasis demonstrasi (2). Di Tangerang (SMP Binong Permai), pengabdian serupa dilaksanakan dengan target guru UKS, OSIS, Pramuka, serta siswa—fokus pada edukasi dan latihan penanganan saat upacara bendera, di mana insiden pingsan cukup sering terjadi (3).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), edukasi kesehatan di kalangan remaja merupakan langkah strategis dalam mencegah kondisi kegawatdaruratan ringan yang bisa terjadi di lingkungan pendidikan (4). Memberikan pemahaman tentang pertolongan pertama kepada siswa SMP tidak hanya meningkatkan kesiapsiagaan mereka dalam menghadapi kejadian darurat, tetapi juga membentuk karakter peduli, sigap, dan tanggap terhadap kondisi lingkungan sekitar (5).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SMP dalam melakukan pertolongan pertama saat terjadi pingsan, melalui pendekatan edukatif dan praktis berbasis simulasi. Edukasi semacam ini penting dalam menciptakan ekosistem sekolah yang sehat, aman, dan tanggap terhadap keadaan darurat ringan.

2. Metode

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif melalui pemberian edukasi dan praktik langsung (simulasi) kepada siswa SMP. Kegiatan ini dirancang untuk membentuk keterampilan dan kesiapsiagaan siswa dalam menghadapi kejadian pingsan di lingkungan sekolah.

Pemberian edukasi kesehatan ini memiliki capaian yang ditekankan pada kemampuan siswa/siswi dan guru untuk memberikan pertolongan pertama pada orang pingsan, mengenali masalah yang meliputi penyebab, tanda dan gejala, prinsip utama penatalaksanaan pertolongan pertama saat pingsan. Edukasi diberikan dalam bentuk ceramah dan diskusi melalui power point presentation. Untuk simulasi dan role play pertolongan pertama saat pingsan, diberikan kepada guru, siswa kelas 11, kader UKS dan anggota PMR. Kegiatan dimulai dengan ice breaking, pre test, pemaparan materi dan diakhiri dengan post-test untuk mengukur efektifitas kegiatan. Penyampaian informasi edukasi kesehatan ini dilengkapi dengan media leaflet yang diberikan kepada siswa. Dengan harapan informasi yang diberikan dapat terus melekat meskipun kegiatan ini telah selesai dilaksanakan.

Kegiatan dimulai dengan pengurusan izin resmi ke pihak sekolah dan koordinasi dengan guru wali kelas. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk pemberian edukasi kesehatan dan praktik demonstrasi bagi siswa kelas 11 SMP Muhammadiyah 4 Medan, kader UKS dan anggota PMR sebagai perpanjangan edukasi di sekolah. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 28 Mei 2025.

Evaluasi dilakukan dalam bentuk pemberian kuesioner kepada seluruh peserta yang hadir dengan memberikan gambaran pengetahuan peserta setelah diberikannya edukasi kesehatan tentang penanganan sinkop.

3. Hasil

Adapun kegiatan yang dilakukan adalah penyuluhan kegiatan, identifikasi siswa dengan melakukan penanganan korban pingsan, dimulai pukul 08.00 wib sampai dengan selesai. Kemudian tahap berikutnya dilakukan pre-test dan post-test dengan melakukan evaluasi. Kegiatan ini melibatkan Kepala Sekolah, Guru., siswa kelas 11, tim UKS dan PMR.

Kegiatan edukasi kesehatan dan pelatihan praktik pertolongan pertama pada orang pingsan pada siswa yang diberikan kepada guru dan siswa kelas 11 SMP Muhammadiyah 4 yang dihadiri oleh 28 peserta. Data peserta kegiatan terlampir dalam tabel 1.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi dan Simulasi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Peserta Edukasi Kesehatan Pertolongan Pertama (n = 28)

No	Karakteristik	Frekuensi	%
1	Laki-laki	11	36
2	Perempuan	17	64

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa mayoritas siswa kelas 11 sebanyak 36% laki laki dan 64% perempuan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Edukasi Kesehatan (n = 28)

Pengetahuan Sebelum Edukasi	<i>f</i>	%
Baik	12	40
Kurang	16	60
Pengetahuan Sesudah Edukasi	<i>f</i>	%
Baik	24	85
Kurang	4	15

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa mayoritas pengetahuan tentang pertolongan pertama yang mengalami *syncope* sebelum diberikan edukasi adalah kurang sebanyak 60%. Mayoritas pengetahuan tentang pertolongan pertama mengalami *syncope* setelah diberikan edukasi adalah baik sebanyak 85%.

4. Pembahasan

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menangani kejadian pingsan (*sinkop*) di

lingkungan sekolah. Sebelum intervensi, mayoritas siswa belum memahami langkah-langkah pertolongan pertama secara tepat. Hal ini sejalan dengan penelitian Budiutami et al. (2024) yang menunjukkan bahwa 67% siswa SMP belum pernah menerima pelatihan mengenai P3K, khususnya dalam kasus sinkop.

Setelah dilaksanakan penyuluhan, demonstrasi, dan simulasi, terdapat peningkatan skor pengetahuan siswa berdasarkan hasil post-test yang menunjukkan perbaikan pemahaman terhadap tanda-tanda pingsan dan cara penanganan awal, seperti:

- a) Memastikan keselamatan lingkungan korban,
- b) Membaringkan korban dengan posisi kaki lebih tinggi dari kepala,
- c) Melonggarkan pakaian korban,
- d) Memastikan jalan napas terbuka, dan
- e) Segera meminta bantuan ke guru atau petugas kesehatan.

Mayoritas tingkat pengetahuan siswa bertambah yaitu sebanyak 85%. Hal ini dibuktikan dengan hasil pilihan jawaban benar pada pernyataan kuesioner pertolongan pertama saat pingsan, tanda dan gejala, dan penatalaksanaan yang dilakukan. Praktik pertolongan pertama dalam kegiatan ini terbukti efektif. Penelitian ini sejalan dengan (6). Hasil kegiatan didapatkan mayoritas pengetahuan tentang pertolongan pertama yang mengalami sinkop sebelum diberikan edukasi adalah kurang sebanyak 88%. Setelah diberikan edukasi, mayoritas pengetahuan tentang pertolongan pertama yang mengalami sinkop adalah baik (64%). Hal ini konsisten dengan hasil studi oleh Tiara et al. (2023) yang menunjukkan peningkatan keterampilan PMR setelah pelatihan berbasis demonstrasi. Siswa juga menunjukkan sikap lebih percaya diri dan tidak panik saat dilakukan simulasi, terutama dalam melakukan langkah dasar secara mandiri maupun berkelompok (7). Studi di MTsI Attanwir Talun (Juni 2022) menunjukkan bahwa metode demonstrasi edukatif sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan pertolongan pertama terhadap syncope bagi anggota PMR remaja, dengan peningkatan skor signifikan ($p = 0,00$) dan rata-rata perbaikan sebesar 32,66 poin setelah pelatihan (8). Program pengabdian masyarakat di SMP Negeri 19 Semarang (2024) berhasil menaikkan skor kesiapan kader kesehatan siswa dari 60% menjadi 100% melalui pelatihan berbasis simulasi pertolongan pertama pada sinkop (2).

Selain itu, hasil diskusi dan refleksi menunjukkan antusiasme siswa terhadap kegiatan ini. Mereka mengakui bahwa edukasi semacam ini penting karena kejadian pingsan sering terjadi di sekolah, terutama saat upacara, olahraga, atau kelelahan. Keberadaan kader UKS dan PMR yang terlatih diharapkan menjadi agen edukasi bagi teman-temannya.

Kegiatan ini juga memberikan manfaat bagi pihak sekolah karena membantu membangun budaya siaga darurat dan memperkuat program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Hal ini sesuai dengan arahan Kementerian Kesehatan (2019) mengenai pentingnya pelatihan pertolongan darurat di lingkungan Pendidikan (5).

5. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SMP dalam memberikan pertolongan pertama pada kasus pingsan (sinkop). Edukasi melalui metode ceramah interaktif, demonstrasi, dan simulasi terbukti efektif dalam membentuk kesiapsiagaan siswa dalam menghadapi situasi darurat di lingkungan sekolah.

Peningkatan skor post-test dan keberhasilan praktik simulasi menunjukkan bahwa siswa lebih memahami langkah-langkah penanganan pingsan yang benar, serta memiliki kepercayaan diri untuk bertindak cepat dan tepat. Hal ini penting untuk mencegah terjadinya cedera sekunder seperti luka atau trauma kepala akibat penanganan yang

terlambat atau keliru.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif tidak hanya bagi siswa, tetapi juga bagi pihak sekolah dalam upaya menciptakan lingkungan belajar yang aman, siaga, dan tanggap darurat melalui penguatan peran UKS dan PMR.

6. Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

- a) Kepala Sekolah dan Dewan Guru SMP Muhammadiyah Medan yang telah memberikan izin dan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan ini.
- b) Siswa-siswi peserta kegiatan, khususnya anggota PMR dan UKS, atas partisipasi aktif dan antusiasme mereka selama sesi edukasi dan simulasi.
- c) Tim pelaksana pengabdian, termasuk dosen dan mahasiswa yang telah bekerja sama dalam menyusun dan melaksanakan kegiatan ini dengan baik.
- d) Pihak institusi/pembina program studi yang telah memfasilitasi dan mendukung kegiatan ini dari awal hingga akhir.

Semoga kegiatan ini memberikan manfaat nyata dan menjadi langkah awal dalam membangun budaya tanggap darurat kesehatan di lingkungan sekolah.

7. Referensi

- [1] Budiutami IS, Soelistyowati E, Yuniarti S, Mu'afiro A. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang pertolongan pertama untuk penanganan sinkop pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 30 Surabaya. *Jurnal Keperawatan*. 2024;18(2). Available from: <https://nersbaya.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/nersbaya/article/view/122>
- [2] Nurfadilah RN, Pratiwi D. Peningkatan kesiapsiagaan kader kesehatan remaja dalam pertolongan pertama pada pingsan di SMP N 19 Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan (Jupenkes)*. 2024;2(1):33–9. Available from: <https://jupenkes.menarascienceindo.com/article/view/3>
- [3] Sakti E, Samaria D, Sihombing RM, Siswadi Y, Adipertiwi P. Edukasi dan pelatihan pertolongan pertama pada siswa pingsan di SMP Binong Permai, Tangerang. In: *Prosiding Konferensi Nasional PKM CSR*. 2019;1:857–67.
- [4] World Health Organization. Global accelerated action for the health of adolescents (AA-HA!): Guidance to support country implementation. Geneva: World Health Organization; 2017. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241512343>
- [5] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman penanggulangan gawat darurat di sekolah*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2019.
- [6] Amila A, Marbun AS, Sembiring E. Edukasi Kesehatan dan Praktik Pertolongan Pertama Siswa yang Mengalami Syncope pada Siswa Sekolah Dasar. *KOMUNITA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*. 2023;2(1):130–5.
- [7] Tiara C, Suranata FM, Djalil RH. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi terhadap keterampilan PMR dalam pertolongan pertama syncope di MAN Model Manado. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2023;2(1):22–9. Available from: <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Protein/article/view/71>
- [8] Fitriyani N. Edukasi penanganan pertama syncope pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Grogol. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan*. 2024;3(1):38–45. Available from: <https://jurnal.penerbitwidina.com/index.php/JPMWidina/article/view/410>