



BANTUAN HIDUP DASAR PADA KOMUNITAS BERSEPEDA (GOWES) DIMASA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN PATEMON KECAMATAN GUNUNGPATI KOTA SEMARANG

Arifianto¹, Dwi Nur Aini^{1*}, Menik Kustriyani¹, Mariyati¹, Priharyanti Wulandari¹, Mohammad Arifin Noor²

¹Program Studi Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang, Jl. Subali Raya No.12, Krapyak, Kec. Semarang Barat, Kota Semarang, Jawa Tengah 50146, Indonesia

²Fakultas Keperawatan, Universitas Sultan Agung Semarang, Jl. Kaligawe Raya No.Km.4, Terboyo Kulon, Kec. Genuk, Kota Semarang, Jawa Tengah 50112, Indonesia

*dwi.nuraini00@gmail.com

ABSTRAK

Pesepeda meninggal bisa disebabkan karena pesepeda memaksakan diri yang sebenarnya tubuh sudah mencapai batas maksimal kekuatan dari bersepeda, sehingga tidak kuat untuk mengayuh sepeda. Kurangnya pengetahuan pada anggota komunitas Gowes serta bingung dan tidak tahu cara melakukan tindakan Bantuan Hidup Dasar (BHD) bila menjumpai kejadian korban yang pingsan tidak sadarkan diri yang mengalami henti jantung dan henti napas bisa berakibat korban meninggal. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat yaitu untuk meningkatkan Pengetahuan dan keterampilan pada komunitas Gowes dalam menolong korban gawat darurat dengan menggunakan Bantuan Hidup Dasar (BHD). Peserta pelatihan adalah Komunitas Peserta Gowes di RW 07 Kelurahan Patemon dengan jumlah 15 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan membrikan penyuluhan dan pelatihan BHD yang sebelumnya dilakukan pre test dan post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan komunitas Gowes. Hasil evaluasi diketahui bahwa nilai pre test rata-rata 49 dan post tes rata-rata 92. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat adalah adanya peningkatan pengetahuan dan ketrampilan dalam meberikan tindakan Bantuan Hidup Dasar yang dibuktikan dengan audien sangat antusias, kooperatif saat berdiskusi, rasa semangat dan kemauan untuk terus mencoba membuat audien bisa melakukan simulasi Bantuan Hidup Dasar dengan baik dan benar.

Kata kunci: bantuan hudup dasar; komunitas gowes; pandemi covid-19

BASIC LIVING ASSISTANCE IN THE CYCLING COMMUNITY (GOWES) DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN PATEMON KELURAHAN, GUNUNGPATI DISTRICT SEMARANG CITY

ABSTRACT

A cyclist's death can be caused by a cyclist forcing himself, whose body has already reached the maximum strength limit from cycling, so that it is not strong enough to pedal a bicycle. Lack of knowledge among members of the Gowes community and confused and do not know how to take Basic Life Support (BHD) if they encounter an incident of a victim who faints, becomes unconscious, who experiences cardiac arrest and stops breathing, which can result in the victim dying. The purpose of community service activities is to increase knowledge and skills in the Gowes community in helping emergency victims using Basic Life Support (BHD). The training participants are the Gowes Participant Community in RW 07 Patemon Village with a total of 15 people. The activity was carried out by providing counseling and training for BHD which was previously carried out by pre-test and post-test to determine the level of knowledge of the Gowes community. The results of the evaluation showed that the average pre-test score was 49 and the post-test average was 92. The results of community service activities were an increase in knowledge and

skills in providing Basic Life Support actions as evidenced by the audience being very enthusiastic, cooperative when discussing, feeling good enthusiasm and willingness to keep trying to make the audience able to carry out the Basic Life Support simulation properly and correctly.

Keywords: basic living assistance; covid-19 pandemic; gowes community

PENDAHULUAN

Bersepeda atau Gowes, mulai marak dilakukan masyarakat Kota Semarang saat ini. Meski demikian, pesepeda diharapkan tetap menerapkan protokol kesehatan mengingat saat ini, pandemi Covid-19 masih mewabah. Maraknya kegiatan bersepeda di Kota Semarang merupakan hal yang positif, hal ini dikarenakan banyak orang yang jenuh di rumah dan tidak bisa melakukan aktifitas fisik dengan kegiatan sebelumnya. Kegiatan gowes atau bersepeda merupakan kegiatan yang menyenangkan, terutama bagi seseorang yang baru pertama Gowes. Pesepeda yang mempunyai komunitas bersepeda atau Gowes di saat pandemi ini, diharapkan mampu menerapkan protokol kesehatan. Seperti tetap memakai masker, tidak berkerumun, dan tetap menjaga jarak, dan berkegiatan bersepeda difokuskan pada kegiatan aktifitas fisik, bukan sebagai pengalihan kegiatan untuk berkerumun atau nongkrong-nongkrong lewat kegiatan bersepeda.

Berdasarkan fenomena diatas, membuktikan bahwa begitu pentingnya tindakan Bantuan Hidup Dasar (BHD) yang juga harus dimiliki tenaga kesehatan bahkan oleh semua kalangan termasuk masyarakat awam. Keterlambatan serta kesalahan dalam BHD dapat menimbulkan efek yang fatal untuk korban. Maka dari itu, masyarakat awam juga harus menguasai keterampilan BHD dan menjadi sangat penting dalam memberikan pertolongan pertama kepada korban henti jantung. Berdasarkan hasil studi pendahuluan komunitas Gowes warga RW VII Kelurahan Patemon mengatakan bahwa banyak peserta Gowes yang tidak mengetahui tentang Bantuan Hidup Dasar. Anggota komunitas Gowes banyak yang bingung dan tidak tahu cara penanganan bila menjumpai kejadian korban yang pingsan tidak sadarkan diri. Peningkatan pengetahuan masyarakat dalam upaya pemberian pertolongan pertama perlu dilakukan. Masyarakat yang tidak paham tentang pemberian pertolongan pertama akan cenderung memberikan pertolongan seadanya tanpa memikirkan tindakan yang dilakukan itu tepat atau tidak. Selain itu, masyarakat awam biasanya hanya menunggu tim penolong datang tanpa memikirkan bagaimana kondisi korban yang akan ditolong padahal masyarakat awam dikatakan sebagai penolong pertama dan utama. Kurangnya pengetahuan warga tentang Bantuan Hidup Dasar dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar. Penyuluhan dan pelatihan merupakan upaya yang penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat awam dalam memberikan pertolongan ditempat kejadian.

METODE

Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Komunitas Peserta Gowes di RW 07 Kelurahan Patemon dengan jumlah 15 orang dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar pada korban yang tidak sadarkan diri yang mengalami henti jantung dan henti napas dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab dan simulasi dengan menggunakan

pantun BHD. Media yang digunakan yaitu Laptop, LCD Proyektor, Phantum RJP, Ambubag, dan pengeras suara. Evaluasi kegiatan pelatihan BHD dengan memberikan pre test dan post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan komunitas Gowes. Evaluasi tindakan BHD dengan memberikan kesempatan audien untuk melakukan simulasi secara langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar dilaksanakan pada hari minggu tanggal 31 Oktober 2021 dengan peserta yang hadir 15 orang bertempat di Balai RW 07 Kelurahan Patemon Kecamatan Gunungpati Semarang.

1. Melakukan Pre test sebelum pemaparan materi penyuluhan, untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta penyuluhan dan pelatihan BHD guna untuk mengukur tingkat pengetahuannya. rata-rata nilai pre test 49
2. Melakukan penyuluhan dengan memaparkan materi BHD dan menjelaskan satu persatu dengan detail sehingga Audien (Komunitas Gowes) benar-benar memahami materi yang disampaikan.



Gambar 1. Saat penyampaian materi audien sangat antusias dan kooperatif saat berdiskusi

3. Mempraktikkan atau mensimulasikan tindakan bantuan hidup dasar dihadapan komunitas Gowes dengan harapan mereka memahami tindakan yang dilakukan dan bisa mengaplikasikan pada saat simulasi dan bisa membantu menyelamatkan korban yang mengalami henti jantung dan henti napas.



Gambar 2. Gambar Mempraktikkan atau Mensimulasikan Tindakan Bantuan Hidup Dasar

4. Memberikan kesempatan pada komunitas Gowes, untuk mencoba dalam simulasi BHD. Pada saat pelaksanaan simulasi masih ditemukan beberapa kesalahan terutama pada saat melakukan tehnik kompresi. Rasa semangat dan kemauan untuk terus mencoba membuat audien bisa melakukan simulasi Bantuan Hidup Dasar dengan baik dan benar



Gambar 3. Gambar Simulasi Bantuan Hidup Dasar

5. Melakukan post test setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan BHD untuk mengetahui sejauh mana ilmu dan ketrampilan BHD bisa diterima sama audien komunitas Gowes. Hasil post test mendapatkan nilai rata-rata 92.

Setiap orang bisa mengalami henti jantung (*cardiac arrest*) dan henti napas kapan saja dan dimana saja. Tidak menutup kemungkinan korban henti jantung dan henti napas bisa terjadi pada orang yang bersepeda (Gowes) atau orang yang sedang melakukan aktifitas yang lainnya. Mengingat *Golden period* adalah 6-10 menit maka penanganan pada korban yang mengalami henti jantung dan henti napas dengan melakukan tindakan Bantuan Hidup Dasar (BHD) segera dilakukan untuk mencegah terjadinya kerusakan otak yang lebih parah dan kematian. Keterlambatan dan kesalahan dalam memberikan tindakan BHD dapat berakibat fatal bagi korban. Kemampuan melakukan tindakan BHD juga harus dimiliki oleh orang awam (terutama komunitas Gowes) dan wajib bagi semua tenaga kesehatan. Para Komunitas Gowes diharapkan memiliki keterampilan BHD agar mampu memberikan pertolongan pertama kepada korban henti jantung dan henti napas pada saat melakukan Gowes.

Pre test dilakukan diawal sebelum kegiatan penyuluhan dan pelatihan/simulasi dimulai dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan audien (komunitas Gowes) dalam memberikan tindakan pertolongan pertama pada korban henti jantung dan henti napas dengan tindakan BHD. Hasil pre test didapatkan nilai rata-rata 49. Nilai ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kurang pada komunitas Gowes dan belum memahami cara menolong pada korban yang mengalami henti napas dan henti jantung. Tingkat pengetahuan kurang pada komunitas Gowes ini sangat tepat bila mendapatkan materi penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar.

Pada saat pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan audien (komunitas Gowes) sangat memperhatikan, antusias dan kooperatif bertanya dan berdiskusi mengenai tindakan pertolongan pada korban tidak sadarkan diri yang mengalami henti jantung dan henti napas. Memberikan kesempatan pada komunitas Gowes, untuk mencoba dalam simulasi BHD. Pada saat pelaksanaan simulasi masih ditemukan beberapa kesalahan terutama pada saat melakukan tehnik kompresi. Rasa semangat dan kemauan untuk terus mencoba membuat audien bisa melakukan simulasi Bantuan Hidup Dasar dengan baik dan benar. Audien berpendapat bahwa tindakan Bantuan Hidup Dasar sangat tepat dalam memberikan pertolongan kepada korban yang tidak sadarkan diri (henti jantung dan henti napas). Tindakan BHD yang tepat cepat dapat membantu menolong dan menyelamatkan nyawa korban tidak sadarkan diri.

Post test dilakukan setelah audien mendapatkan materi penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar. Hasil post test mendapatkan nilai rata-rata 92 yang artinya adanya peningkatan pengetahuan audien setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar. Hal ini membuktikan bahwa audien sangat benar-benar memperhatikan, antusias dan kooperatif dengan rasa semangat yang tinggi untuk rasa ingin tahu dan mampu menolong korban yang mengalami henti jantung dan henti napas. Dalam Memberikan pertolongan pada korban henti jantung dan henti napas diperlukan pengetahuan, keterampilan, kecepatan, dan ketepatan, sehingga nyawa korban bisa tertolong dan terselamatkan dari kematian.

Kesimpulan

Nilai Pre test sebelum pemaparan materi penyuluhan dan pelatihan rata-rata nilai pre test 49. Tingkat pengetahuan kurang pada komunitas Gowes ini sangat tepat bila mendapatkan materi penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar. Pada saat penyampaian materi audien sangat antusias dan kooperatif saat berdiskusi. Pada saat pelaksanaan simulasi masih ditemukan beberapa kesalahan terutama pada saat melakukan tehnik kompresi. Rasa semangat dan kemauan untuk terus mencoba membuat audien bisa melakukan simulasi Bantuan Hidup Dasar dengan baik dan benar. Nilai Hasil post test mendapatkan nilai rata-rata 92 yang artinya adanya peningkatan pengetahuan audien setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan Bantuan Hidup Dasar

DAFTAR PUSTAKA

- 118, Y. A. G. D. (2015). *Basic Trauma Life Support and Basic Cardiac Life Support* (6th ed.).
- Aswad, Y., Luawo, H. P., & Ali, S. M. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Karang Taruna melalui Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (CPR) pada Masa Pandemi Covid-19 di Kecamatan Kota Utara, Kota Gorontalo. *Jurnal Abdidas*, 2(1), 81–85. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i1.213>
- Basri, A. H., & Istiroha. (2019). Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD) Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Menolong Korban Kecelakaan Pada Tukang Ojek. *Journals of Ners Community*, 10(November), 185–196.
- Dasar, B. H., Kesehatan, M., Kertonatan, R. A., Sukoharjo, J., & Tengah, I. (n.d.). *Qonita Imma Irfani* (Vol. 46, Issue 6).
- Herlina, S., Winarti, W., & Wahyudi, C. T. (2019). Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader kesehatan melalui pelatihan bantuan hidup dasar. *Riau Journal of Empowerment*, 1(2), 85–90. <https://doi.org/10.31258/raje.1.2.11>
- Kurniawan, R. (2018). Pengetahuan Masyarakat Tentang Prosedur Bantuan Hidup Dasar Pada Korban Kecelakaan Lalu Lintas. *Jurnal Smart Keperawatan*, 5(2), 11. <https://doi.org/10.34310/jskp.v5i2.205>
- Manik, M. J., Natalia, S., Sibuea, R., & Theresia, T. (2018). Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Untuk Masyarakat. *Prosiding PKM-CSR*, 1, 893–898. <http://prosiding-pkmcsr.org/index.php/pkmcsr/article/view/176>

- Medical Server and Training 119. (2019). BTCLS Basic Truma Cardiac Life Support Provider Handbook.
- Navarro-Patón, R., Freire-Tellado, M., Basanta-Camiño, S., Barcala-Furelos, R., Arufe-Giraldez, V., & Rodriguez-Fernández, J. E. (2018). Effect of 3 basic life support training programs in future primary school teachers. A quasi-experimental design. *Medicina Intensiva*, 42(4), 207–215. <https://doi.org/10.1016/j.medin.2017.06.005>
- Oktavia, M. (n.d.). Tingkat pengetahuan masyarakat tentang bantuan hidup dasar (bhd) di kota administrasi jakarta selatan.
- Okvitasari, Y. (2017). Faktor- faktor yang berhubungan dengan penanganan bantuan hidup dasar (basic life support) pada kejadian kecelakaan lalu lintas di smk (Related Factors To The Basic Life Support Handling In Traffic Accidents). *Caring Nursing Journal*, 1(1), 6–15.
- RI, K. K. (2019). Buku Saku Pertolongan Pertama pada Kecelakaan di Jalan Jadilah Penolong Kecelakaan di Jalan Semua orang bisa jadi penolong. Kemenkes RI.
- Schaup, F., & Luchsinger, P. (1956). American Heart Association. *Cardiology (Switzerland)*, 28(2), 121–127. <https://doi.org/10.1159/000165558>
- Stikes, V. S., & Padang, P. (n.d.). Hubungan pendidikan dan masa kerja dengan keterampilan perawat melakukan tindakan bantuan hidup dasar. *Perintis's Health Journal*, 5, 30–42.
- Watung, G. I. V. (2020). Edukasi Pengetahun dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Pada Siswa Remaja SMA Negeri 3 Kotamobagu. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 2(1), 21–27. <https://doi.org/10.37385/ceej.v2i1.129>
- Wiliastuti, U. N., Anna, A., & Mirwanti, R. (2018). Pengetahuan Tim Reaksi Cepat Tentang Bantuan Hidup Dasar. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 77–85. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.105>