



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

## **Pelatihan Pertolongan Pertama pada Kasus Tersedak sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Masyarakat di Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala**

*First Aid Training for Choking Cases as an Effort to Improve Community Knowledge and Skills in Nupabomba Village, Tanantovea District, Donggala Regency*

**Supirno<sup>1</sup>, Eko Kristanto<sup>2</sup>, Alfrida Samuel Ra'bun<sup>3</sup>g, Fitria Masulili<sup>4</sup>, Helena Pangaribuan<sup>5</sup>, Baiq Emy Nurmalisa<sup>5</sup>**

<sup>1-5</sup>Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu

**\*Corresponding Author: E-mail: [supirno@gmail.com](mailto:supirno@gmail.com)**

### **Artikel Pengabdian**

#### **Article History:**

Received: 30 May, 2026

Revised: 25 Jun, 2026

Accepted: 17 Jul, 2026

#### **Kata Kunci:**

Tersedak, Heimlich Maneuver, Pertolongan Pertama, Pelatihan Masyarakat, Pengabdian Kepada Masyarakat

#### **Keywords:**

Choking, Heimlich Maneuver, First Aid, Community Training, Community Servi

#### **DOI:**

[10.56338/jks.v9i7.11873](https://doi.org/10.56338/jks.v9i7.11873)

#### **ABSTRAK**

Tersedak merupakan salah satu kondisi kegawatdaruratan yang dapat menyebabkan sumbatan jalan napas dan berpotensi mengakibatkan kematian apabila tidak segera ditangani dengan tepat. Rendahnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memberikan pertolongan pertama pada kasus tersedak menjadi salah satu faktor yang meningkatkan risiko komplikasi dan kematian. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai penanganan tersedak melalui pelatihan pertolongan pertama menggunakan teknik Heimlich maneuver sesuai dengan pedoman kegawatdaruratan. Kegiatan dilaksanakan pada 21 Mei 2026 di Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala, dengan melibatkan 29 peserta yang terdiri atas masyarakat desa. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan menggunakan media presentasi, demonstrasi teknik penanganan tersedak, praktik langsung (simulasi), serta sesi diskusi dan tanya jawab. Evaluasi dilakukan melalui observasi kemampuan peserta selama praktik dan perbandingan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai tanda dan gejala tersedak, langkah-langkah pertolongan pertama, serta mampu mempraktikkan teknik Heimlich maneuver dengan lebih tepat setelah mengikuti pelatihan. Peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung dan menyatakan kesiapan untuk menerapkan keterampilan tersebut apabila menghadapi keadaan darurat di lingkungan sekitar. Pelatihan penanganan tersedak terbukti menjadi salah satu strategi pemberdayaan masyarakat yang efektif dalam meningkatkan kesiapsiagaan menghadapi kegawatdaruratan serta mendukung upaya pencegahan kematian akibat sumbatan jalan napas di tingkat komunitas.

#### **ABSTRACT**

Choking is a life-threatening emergency that can cause airway obstruction and lead to death if not managed promptly and appropriately. Limited community knowledge and practical skills in providing first aid for choking remain significant factors contributing to preventable morbidity and mortality. This community service program aimed to improve the knowledge and practical skills of community members

---

*regarding choking management through first aid training using the Heimlich maneuver based on current emergency care guidelines. The activity was conducted on May 21, 2026, in Nupabomba Village, Tanantovea District, Donggala Regency, involving 29 community participants. The program consisted of health education sessions, demonstrations of choking management techniques, hands-on simulation exercises, and interactive discussions. Evaluation was carried out through observation of participants' practical skills and comparison of their knowledge before and after the training. The results demonstrated an improvement in participants' understanding of the signs and symptoms of choking, appropriate first aid procedures, and their ability to correctly perform the Heimlich maneuver following the training. Participants also showed high enthusiasm and expressed confidence in applying the acquired skills when encountering choking emergencies within their community. Choking management training proved to be an effective community empowerment strategy for enhancing emergency preparedness and supporting efforts to reduce preventable deaths caused by airway obstruction at the community level.*

---

## PENDAHULUAN

Tersedak (foreign body airway obstruction/FBAO) merupakan salah satu kondisi kegawatdaruratan yang terjadi akibat sumbatan sebagian atau seluruh jalan napas oleh benda asing, makanan, maupun cairan. Kondisi ini dapat berkembang dengan sangat cepat menjadi henti napas, henti jantung, kerusakan otak permanen, hingga kematian apabila tidak mendapatkan pertolongan pertama secara tepat dan segera. Penanganan awal yang dilakukan oleh orang pertama di lokasi kejadian (bystander) memiliki peran yang sangat penting dalam mempertahankan patensi jalan napas sebelum korban memperoleh pelayanan medis lanjutan. Oleh karena itu, peningkatan kapasitas masyarakat dalam memberikan pertolongan pertama menjadi salah satu strategi utama dalam menurunkan angka kematian akibat tersedak.

Kasus tersedak masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di berbagai negara, terutama pada anak-anak, lansia, dan individu dengan gangguan menelan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kejadian tersedak terjadi di lingkungan rumah, sekolah, maupun tempat umum, sehingga anggota keluarga dan masyarakat umum sering kali menjadi penolong pertama sebelum tenaga kesehatan tiba. Meskipun demikian, tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai pengenalan tanda tersedak serta teknik pertolongan pertama masih relatif rendah. Studi terbaru menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat belum pernah mengikuti pelatihan penanganan tersedak, walaupun memiliki minat yang tinggi untuk mempelajari teknik penyelamatan tersebut melalui pelatihan berbasis praktik.

Pedoman resusitasi internasional menegaskan bahwa keberhasilan penanganan tersedak sangat bergantung pada kecepatan identifikasi kondisi korban dan ketepatan tindakan yang diberikan. Pada korban dengan sumbatan jalan napas total yang masih sadar, pertolongan dilakukan secara bertahap sesuai algoritma kegawatdaruratan, dimulai dengan pukulan punggung (back blows) dan dilanjutkan dengan hentakan abdomen (abdominal thrusts atau Heimlich maneuver) apabila obstruksi belum teratasi. Apabila korban kehilangan kesadaran, maka tindakan resusitasi jantung paru harus segera dimulai sesuai pedoman yang berlaku. Penerapan teknik yang benar terbukti mampu meningkatkan peluang keberhasilan pelepasan benda asing dari jalan napas dan menurunkan risiko komplikasi.

Di Indonesia, edukasi mengenai penanganan kegawatdaruratan pra-rumah sakit masih lebih banyak difokuskan pada tenaga kesehatan, sementara masyarakat umum belum memperoleh pelatihan secara merata. Padahal, masyarakat merupakan kelompok yang paling sering berada di lokasi kejadian saat korban mengalami tersedak. Rendahnya akses terhadap pelatihan pertolongan pertama menyebabkan banyak masyarakat merasa ragu dalam memberikan bantuan karena takut melakukan

kesalahan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berorientasi pada peningkatan pengetahuan sekaligus keterampilan praktik melalui metode demonstrasi dan simulasi sehingga peserta mampu menguasai langkah-langkah pertolongan pertama secara benar.

Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala merupakan salah satu wilayah yang memiliki kebutuhan terhadap peningkatan literasi kesehatan masyarakat, khususnya dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan sehari-hari. Sebagian besar masyarakat belum pernah memperoleh pelatihan khusus mengenai penanganan tersedak, sehingga kemampuan memberikan pertolongan pertama masih terbatas. Padahal, kejadian tersedak dapat terjadi kapan saja, baik pada anak-anak, orang dewasa, maupun lansia saat melakukan aktivitas makan atau menelan benda asing. Oleh karena itu, diperlukan upaya pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan yang bersifat aplikatif agar masyarakat memiliki kesiapsiagaan dalam menghadapi kondisi darurat sebelum korban memperoleh pelayanan kesehatan lanjutan.

Pelatihan penanganan tersedak merupakan salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat yang efektif karena tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga membentuk keterampilan psikomotor melalui praktik langsung menggunakan simulasi. Pendekatan ini memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dibandingkan penyuluhan secara teoritis semata, sehingga peserta mampu mengingat dan menerapkan prosedur pertolongan pertama secara mandiri ketika menghadapi kejadian nyata. Selain itu, peningkatan kapasitas masyarakat diharapkan mampu membentuk lingkungan yang lebih tanggap terhadap kegawatdaruratan dan mendukung terciptanya masyarakat yang mandiri dalam bidang kesehatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki kebaruan (novelty) berupa pelaksanaan pelatihan yang mengintegrasikan penyuluhan kesehatan, demonstrasi teknik pertolongan pertama, simulasi langsung menggunakan pendekatan praktik, serta evaluasi kemampuan peserta pada masyarakat Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala. Pendekatan tersebut diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat secara komprehensif sehingga mereka lebih siap memberikan pertolongan pertama pada kasus tersedak. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai penanganan tersedak melalui pelatihan pertolongan pertama sehingga dapat mendukung peningkatan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi keadaan kegawatdaruratan di tingkat komunitas.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak. Pendekatan ini dipilih karena memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh pemahaman teoritis sekaligus pengalaman praktik secara langsung melalui demonstrasi dan simulasi, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif. Metode pelatihan mengacu pada prinsip pembelajaran orang dewasa (adult learning) yang menekankan keterlibatan aktif peserta dalam setiap tahapan kegiatan (Knowles et al., 2020; American Heart Association [AHA], 2020).

Kegiatan dilaksanakan pada 21 Mei 2026 di Balai Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala. Sasaran kegiatan adalah masyarakat Desa Nupabomba yang terdiri atas tokoh masyarakat, kader kesehatan, ibu rumah tangga, pemuda, dan masyarakat umum. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 29 orang yang dipilih berdasarkan kesediaan mengikuti seluruh rangkaian pelatihan. Seluruh peserta memperoleh materi dan kesempatan yang sama untuk mengikuti praktik penanganan tersedak.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan, meliputi koordinasi dengan pemerintah Desa Nupabomba mengenai waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan, identifikasi kebutuhan masyarakat melalui diskusi dengan perangkat desa, penyusunan materi pelatihan berdasarkan pedoman American Heart Association (AHA) dan European Resuscitation Council (ERC), penyediaan media edukasi

berupa slide presentasi, leaflet, serta alat simulasi untuk praktik teknik Heimlich maneuver. Selain itu, tim pengabdian menyusun instrumen evaluasi berupa lembar pretest, posttest, dan lembar observasi keterampilan peserta.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan pelatihan yang terdiri atas empat sesi utama. Sesi pertama berupa pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai penyebab, tanda dan gejala tersedak, serta langkah-langkah pertolongan pertama. Sesi kedua berupa penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif yang membahas definisi tersedak, faktor risiko, klasifikasi sumbatan jalan napas, pengenalan tanda tersedak ringan dan berat, serta prinsip pertolongan pertama sesuai pedoman kegawatdaruratan terkini. Penyampaian materi didukung dengan media presentasi dan leaflet agar peserta lebih mudah memahami materi.

Sesi ketiga merupakan demonstrasi dan simulasi praktik. Tim pengabdian terlebih dahulu memperagakan teknik penanganan tersedak pada korban dewasa menggunakan metode back blows dan abdominal thrust (Heimlich maneuver) sesuai algoritma pertolongan pertama. Setelah demonstrasi, seluruh peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil untuk mempraktikkan kembali teknik tersebut secara bergantian di bawah supervisi instruktur. Selama praktik berlangsung, tim memberikan koreksi terhadap posisi tubuh, penempatan tangan, arah dorongan, serta urutan tindakan agar setiap peserta mampu melakukan prosedur secara benar dan aman.

Sesi terakhir adalah diskusi dan evaluasi. Peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan mengenai berbagai kondisi yang mungkin ditemui di lingkungan masyarakat, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan posttest menggunakan instrumen yang sama seperti pada pretest. Evaluasi keterampilan dilakukan melalui observasi langsung menggunakan lembar checklist yang mencakup kemampuan mengenali tanda tersedak, meminta bantuan, melakukan pukulan punggung (back blows), melakukan Heimlich maneuver, dan mengambil keputusan sesuai kondisi korban. Hasil pretest dan posttest dibandingkan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta, sedangkan hasil observasi digunakan untuk menilai keterampilan praktik setelah pelatihan.

Keberhasilan kegiatan pengabdian ditentukan berdasarkan beberapa indikator, yaitu: (1) seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan hingga selesai; (2) terjadi peningkatan nilai pengetahuan berdasarkan hasil pretest dan posttest; (3) sebagian besar peserta mampu memperagakan teknik pertolongan pertama pada kasus tersedak sesuai prosedur; serta (4) peserta menunjukkan partisipasi aktif selama sesi diskusi dan praktik. Seluruh data hasil evaluasi kemudian dianalisis secara deskriptif dengan menyajikan distribusi frekuensi, persentase, serta uraian naratif mengenai peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah mengikuti pelatihan.

## HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai **pelatihan pertolongan pertama pada kasus tersedak** dilaksanakan pada **21 Mei 2026 di Balai Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala** dengan jumlah peserta sebanyak **29 orang**. Seluruh peserta mengikuti kegiatan sejak pembukaan hingga penutupan dengan tingkat kehadiran mencapai **100%**, menunjukkan antusiasme dan komitmen masyarakat dalam mengikuti pelatihan. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta, pengisian pretest, penyampaian materi mengenai konsep tersedak dan penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan demonstrasi teknik **back blows** dan **Heimlich maneuver**, praktik simulasi secara berkelompok, diskusi interaktif, serta evaluasi melalui posttest dan observasi keterampilan.

Karakteristik peserta menunjukkan bahwa pelatihan diikuti oleh masyarakat dengan latar belakang yang beragam, meliputi kader kesehatan, ibu rumah tangga, tokoh masyarakat, pemuda, serta masyarakat umum. Keberagaman karakteristik peserta memberikan keuntungan karena pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama pelatihan diharapkan dapat disebarluaskan kepada anggota

keluarga maupun masyarakat lainnya, sehingga mampu memperluas dampak edukasi mengenai penanganan tersedak di lingkungan Desa Nupabomba.

**Tabel 1. Karakteristik Peserta Pelatihan (n = 29)**

| Karakteristik           | Jumlah (n) | Persentase (%) |
|-------------------------|------------|----------------|
| <b>Jenis Kelamin</b>    |            |                |
| Laki-laki               | 11         | 37,9           |
| Perempuan               | 18         | 62,1           |
| <b>Kategori Peserta</b> |            |                |
| Kader kesehatan         | 6          | 20,7           |
| Ibu rumah tangga        | 10         | 34,5           |
| Pemuda                  | 8          | 27,6           |
| Tokoh masyarakat        | 5          | 17,2           |

Hasil evaluasi pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti pelatihan. Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta belum memahami secara tepat tanda dan gejala tersedak, perbedaan sumbatan jalan napas ringan dan berat, maupun prosedur pertolongan pertama yang benar. Setelah mengikuti materi edukasi, demonstrasi, dan simulasi, sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan dengan benar pada saat posttest. Rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari **58,6** pada pretest menjadi **89,3** pada posttest, atau mengalami peningkatan sebesar **30,7 poin**.

**Tabel 2. Hasil Evaluasi Pengetahuan Peserta**

| Variabel              | Pretest          | Posttest |
|-----------------------|------------------|----------|
| Nilai rata-rata       | 58,6             | 89,3     |
| Nilai tertinggi       | 80               | 100      |
| Nilai terendah        | 35               | 75       |
| Peningkatan rata-rata | <b>30,7 poin</b> |          |

Selain peningkatan pengetahuan, hasil observasi praktik menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan keterampilan dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak. Pada awal kegiatan sebagian besar peserta belum mengetahui posisi tubuh korban, teknik pukulan punggung (*back blows*), maupun cara melakukan **Heimlich maneuver** secara benar. Setelah demonstrasi dan latihan langsung, hampir seluruh peserta mampu mengikuti setiap tahapan prosedur sesuai dengan standar yang diajarkan.

**Tabel 3. Hasil Observasi Keterampilan Peserta**

| Indikator Keterampilan                             | Mampu n (%) |
|----------------------------------------------------|-------------|
| Mengenali tanda korban tersedak                    | 28 (96,6)   |
| Meminta bantuan dengan benar                       | 27 (93,1)   |
| Melakukan <i>back blows</i> sesuai prosedur        | 26 (89,7)   |
| Melakukan <b>Heimlich maneuver</b> dengan benar    | 25 (86,2)   |
| Menentukan tindakan lanjutan sesuai kondisi korban | 26 89,7)    |



Selama sesi praktik berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan aktif bertanya mengenai berbagai kondisi yang sering dijumpai di rumah maupun di lingkungan masyarakat, seperti penanganan tersedak pada anak, orang dewasa, ibu hamil, dan lansia. Peserta juga meminta kesempatan untuk mengulang simulasi hingga merasa yakin mampu melakukan teknik pertolongan pertama secara mandiri. Pendekatan praktik langsung memberikan pengalaman belajar yang lebih efektif dibandingkan penyampaian materi secara teori saja karena peserta dapat memperoleh umpan balik langsung dari instruktur mengenai kesalahan maupun perbaikan teknik.

1. Secara umum, pelaksanaan kegiatan berlangsung sesuai dengan rencana tanpa kendala yang berarti. Dukungan dari pemerintah Desa Nupabomba serta partisipasi aktif masyarakat menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan. Seluruh peserta menyatakan bahwa pelatihan sangat bermanfaat dan berharap kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkala dengan materi kegawatdaruratan lainnya, seperti bantuan hidup dasar, penanganan henti jantung, perdarahan, dan pertolongan pertama pada kecelakaan rumah tangga.

Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan pelatihan berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai penanganan tersedak. Peningkatan nilai pengetahuan yang cukup tinggi disertai kemampuan peserta dalam mempraktikkan teknik **back blows** dan **Heimlich maneuver** menunjukkan bahwa metode edukasi melalui ceramah, demonstrasi, dan simulasi merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat menghadapi keadaan kegawatdaruratan di lingkungan komunitas.

### Dokumentasi Kegiatan





## PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa pelatihan pertolongan pertama pada kasus tersedak memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari 58,6 menjadi 89,3 setelah pelatihan menunjukkan bahwa metode edukasi yang memadukan penyuluhan, demonstrasi, dan simulasi efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai pengenalan tanda tersedak, klasifikasi sumbatan jalan napas, serta langkah-langkah pertolongan pertama. Hasil ini mengindikasikan bahwa pembelajaran berbasis praktik memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dibandingkan penyampaian materi secara teoritis karena peserta dapat langsung mengamati, mencoba, dan memperbaiki teknik yang dipelajari. Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran orang dewasa (*adult learning*) yang menyatakan bahwa orang dewasa lebih mudah memahami materi apabila dilibatkan secara aktif dalam proses pembelajaran melalui pengalaman langsung (Knowles et al., 2020).

Peningkatan keterampilan peserta dalam melakukan back blows dan Heimlich maneuver menunjukkan bahwa simulasi merupakan metode yang efektif dalam membentuk kemampuan psikomotor masyarakat. Sebelum pelatihan sebagian besar peserta belum mengetahui posisi tangan, arah dorongan, maupun urutan tindakan yang benar ketika menghadapi korban tersedak. Setelah dilakukan demonstrasi dan latihan berulang di bawah bimbingan instruktur, hampir seluruh peserta mampu mempragakan teknik sesuai prosedur. Hasil tersebut mendukung rekomendasi American Heart Association (AHA) dan European Resuscitation Council (ERC) yang menekankan bahwa keberhasilan penanganan sumbatan jalan napas tidak hanya bergantung pada pengetahuan, tetapi juga pada



keterampilan praktis yang diperoleh melalui latihan berulang dan evaluasi langsung (AHA, 2020; Olasveengen et al., 2021; Perkins et al., 2021). Dengan demikian, pelatihan berbasis simulasi perlu menjadi komponen utama dalam edukasi kegawatdaruratan di masyarakat.

Keberhasilan kegiatan ini juga dipengaruhi oleh tingginya partisipasi peserta selama proses pelatihan. Seluruh peserta mengikuti setiap tahapan kegiatan mulai dari pretest, penyuluhan, demonstrasi, simulasi, hingga evaluasi. Selama sesi diskusi, peserta aktif mengajukan pertanyaan mengenai penanganan tersedak pada berbagai kelompok usia, seperti anak-anak, orang dewasa, ibu hamil, dan lansia. Tingginya antusiasme tersebut menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kebutuhan terhadap informasi kesehatan yang bersifat praktis dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Keterlibatan aktif peserta selama proses pembelajaran memungkinkan terjadinya transfer pengetahuan secara lebih efektif sehingga materi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diingat. Pendekatan partisipatif seperti ini telah banyak direkomendasikan dalam berbagai program promosi kesehatan masyarakat karena mampu meningkatkan motivasi belajar serta keberlanjutan perubahan perilaku.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Bhandari dan Palmer Hill (2020) yang melaporkan bahwa pelatihan penanganan sumbatan jalan napas mampu meningkatkan kesiapan masyarakat dalam memberikan pertolongan pertama sebelum korban memperoleh pelayanan medis. Penelitian Couper et al. (2020) juga menyimpulkan bahwa intervensi berupa edukasi dan pelatihan praktik memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kemampuan masyarakat dalam mengenali dan menangani kasus tersedak. Demikian pula penelitian Abu Hassan et al. (2021) menunjukkan bahwa masyarakat yang memperoleh pelatihan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam memberikan bantuan dibandingkan mereka yang hanya menerima informasi melalui media cetak atau media sosial. Kesamaan hasil tersebut memperkuat bahwa pelatihan langsung merupakan pendekatan yang lebih efektif dibandingkan edukasi pasif.

Jika dibandingkan dengan beberapa kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya di Indonesia, hasil kegiatan ini menunjukkan kecenderungan yang serupa, yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan setelah dilakukan pelatihan. Namun demikian, kegiatan ini memiliki keunggulan karena tidak hanya memberikan penyuluhan kesehatan, tetapi juga mengintegrasikan demonstrasi, simulasi, praktik individual, observasi keterampilan, dan evaluasi melalui pretest–posttest. Kombinasi metode tersebut memungkinkan peserta memperoleh umpan balik secara langsung terhadap teknik yang dilakukan sehingga kesalahan dapat segera diperbaiki. Pendekatan ini menghasilkan proses belajar yang lebih komprehensif dibandingkan pelatihan yang hanya menggunakan metode ceramah.

Secara teoritis, peningkatan pengetahuan peserta setelah pelatihan dapat dijelaskan melalui teori perubahan perilaku yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang sangat memengaruhi terbentuknya sikap dan tindakan seseorang dalam bidang kesehatan. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai suatu kondisi kegawatdaruratan cenderung memiliki keberanian dan keyakinan yang lebih tinggi dalam mengambil keputusan ketika menghadapi situasi darurat. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan sering menyebabkan masyarakat ragu memberikan pertolongan karena takut melakukan kesalahan. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan melalui pelatihan menjadi langkah awal yang penting dalam membentuk perilaku masyarakat yang tanggap terhadap kondisi kegawatdaruratan.

Dari aspek praktis, kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat Desa Nupabomba. Peserta tidak hanya memahami konsep tersedak, tetapi juga memiliki keterampilan dasar dalam memberikan pertolongan pertama sebelum korban dirujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan. Kemampuan tersebut sangat penting mengingat kejadian tersedak umumnya terjadi secara tiba-tiba di rumah atau lingkungan sekitar, sehingga anggota keluarga maupun masyarakat sekitar sering menjadi penolong pertama (first responder). Dengan meningkatnya kapasitas masyarakat, peluang keberhasilan penyelamatan korban diharapkan semakin besar sekaligus mengurangi risiko komplikasi serius akibat keterlambatan penanganan.



Selain memberikan manfaat bagi masyarakat, kegiatan ini juga memiliki implikasi terhadap pengembangan program promosi kesehatan berbasis komunitas. Model pelatihan yang diterapkan dapat direplikasi pada desa lain sebagai bagian dari program pemberdayaan masyarakat di bidang kegawatdaruratan. Pelibatan pemerintah desa, kader kesehatan, serta tokoh masyarakat menjadi strategi yang efektif dalam memperluas jangkauan edukasi sehingga pengetahuan yang diperoleh peserta dapat disebarluaskan kepada masyarakat lainnya. Dengan demikian, terbentuk komunitas yang lebih siap menghadapi berbagai kondisi darurat kesehatan.

Meskipun kegiatan ini menunjukkan hasil yang baik, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Jumlah peserta masih relatif terbatas, yaitu sebanyak 29 orang, sehingga hasil kegiatan belum dapat menggambarkan seluruh masyarakat Desa Nupabomba. Selain itu, evaluasi dilakukan segera setelah pelatihan sehingga belum dapat menilai keberlangsungan retensi pengetahuan dan keterampilan dalam jangka panjang. Penelitian maupun kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan melakukan evaluasi lanjutan beberapa bulan setelah pelatihan untuk mengetahui konsistensi kemampuan peserta serta mengembangkan program pelatihan berkala agar keterampilan yang telah diperoleh tetap terpelihara.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini membuktikan bahwa pelatihan pertolongan pertama pada kasus tersedak merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan. Integrasi antara penyuluhan kesehatan, demonstrasi, simulasi, dan praktik langsung mampu menghasilkan proses pembelajaran yang lebih optimal dibandingkan metode edukasi konvensional. Oleh karena itu, pelatihan penanganan tersedak layak dijadikan sebagai salah satu program rutin pemberdayaan masyarakat dalam rangka meningkatkan kemampuan first responder di tingkat komunitas serta mendukung upaya penurunan angka kematian akibat sumbatan jalan napas.

## **KESIMPULAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Pelatihan Pertolongan Pertama pada Kasus Tersedak yang dilaksanakan pada 21 Mei 2026 di Desa Nupabomba, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala dengan melibatkan 29 peserta telah berlangsung dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan yang meliputi penyuluhan, demonstrasi, simulasi, serta praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai penanganan tersedak. Hal tersebut ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pengetahuan peserta dari 58,6 pada saat pretest menjadi 89,3 pada saat posttest, serta kemampuan sebagian besar peserta dalam memperagakan teknik back blows dan Heimlich maneuver sesuai prosedur yang benar. Selain meningkatkan kompetensi individu, pelatihan ini juga menumbuhkan kepercayaan diri, kesiapsiagaan, dan kesadaran masyarakat untuk berperan sebagai penolong pertama (first responder) ketika menghadapi kasus tersedak di lingkungan keluarga maupun masyarakat. Dengan demikian, pelatihan penanganan tersedak dapat menjadi salah satu strategi pemberdayaan masyarakat yang efektif dalam mendukung upaya pencegahan kematian akibat sumbatan jalan napas dan memperkuat sistem penanggulangan kegawatdaruratan berbasis komunitas.

## **SARAN**

Kegiatan pelatihan penanganan tersedak perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan berkala dengan melibatkan lebih banyak peserta, seperti kader kesehatan, guru, tenaga pendidik, perangkat desa, serta anggota keluarga yang berisiko menghadapi kasus tersedak di lingkungan sehari-hari. Selain itu, materi pelatihan sebaiknya dikembangkan dengan menambahkan praktik Bantuan Hidup Dasar (BHD), penggunaan Automated External Defibrillator (AED), serta penanganan kegawatdaruratan lain yang sering terjadi di masyarakat. Pemerintah desa, puskesmas, dan institusi pendidikan tinggi diharapkan dapat memperkuat kolaborasi dalam menyelenggarakan program edukasi kesehatan berbasis komunitas sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif. Untuk kegiatan pengabdian

selanjutnya, disarankan dilakukan evaluasi jangka panjang terhadap retensi pengetahuan dan keterampilan peserta, sehingga efektivitas pelatihan dalam mempertahankan kompetensi masyarakat dapat diukur secara lebih komprehensif dan menjadi dasar pengembangan model pelatihan kegawatdaruratan yang berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2020). Highlights of the 2020 American Heart Association Guidelines for CPR and ECC. Dallas, TX: American Heart Association. <https://cpr.heart.org>
- Olasveengen TM, Mancini ME, Perkins GD, et al. (2021). Adult Basic Life Support: 2021 International Consensus on Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care Science With Treatment Recommendations. *Resuscitation*, 169, 229–311. <https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.10.013>
- European Resuscitation Council. (2021). European Resuscitation Council Guidelines 2021: Adult Basic Life Support. *Resuscitation*, 161, 98–114. <https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2021.02.009>
- Knowles MS, Holton EF, & Swanson RA. (2020). *The Adult Learner* (9th ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429299612>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Bantuan Hidup Dasar*
- Bhanderi BG, Palmer Hill S. Evaluation of DeChoker, an Airway Clearance Device (ACD) Used in Adult Choking Emergencies Within the Adult Care Home Sector: A Mixed Methods Case Study. *Front Public Health*. 2020;8:541885. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.541885>.
- Couper K, Abu Hassan A, Ohri V, et al. Removal of foreign body airway obstruction: A systematic review of interventions. *Resuscitation*. 2020;156:174–181. <https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2020.09.007>.
- World Health Organization. *Rehabilitation for Persons with Traumatic Brain Injury: First Aid for Choking (The Heimlich Maneuver)*. Geneva: WHO.
- Public Awareness and Application of the Heimlich Maneuver: A Survey of Shenzhen Residents. *Healthcare*. 2025.