



PENGUATAN KETERAMPILAN P3K DAN BANTUAN HIDUP DASAR PADA SISWA SEKOLAH DASAR KEMIRI 1

STRENGTHENING FIRST AID AND BASIC LIFE SUPPORT SKILLS IN KEMIRI 1 ELEMENTARY SCHOOL

Lintang Andhaning Pawestri¹, Friska Ayu², Moch Sahri³, Muhammad Ilmi Ashshiddiqi⁴,
Puspita Dwi Kartikasari⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi D-IV Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Universitas Nahdlatul Ulama
Surabaya

ABSTRAK

Penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di tingkat sekolah dasar memiliki peran penting karena lingkungan belajar mengandung berbagai potensi risiko yang dapat membahayakan siswa, seperti terpeleset, terjatuh, maupun cedera saat beraktivitas. Data disekolah ini menunjukkan bahwa disekolah ini masih banyak siswa yang sering mengalami cedera seperti jatuh sehingga menyebabkan lecet dan mimisan. Di sekolah ini juga belum pernah diadakan sosialisasi mengenai penanganan luka menggunakan P3K. Fakta menunjukkan bahwa lingkungan sekolah merupakan tempat anak-anak menghabiskan waktu dan berpotensi menyebabkan cedera ringan. Penting bagi anak-anak sekolah dasar untuk mengetahui cara menangani luka dengan pertolongan pertama dan penting bagi siswa untuk mengetahui pengetahuan bantuan hidup dasar. Penggunaan UKS juga harusnya diperlukan dalam kegiatan ini. Namun, UKS yang berada di Sekolah Dasar Kemiri 1 ini sudah tidak berfungsi dan dialih fungsikan menjadi ruang penyimpanan dan peletakkan alat-alat olahraga lainnya. Tahapan pelaksanaan ini dibagi menjadi 3 yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Metode pelaksanaan sosialisasi ini dilakukan dengan penyampaian materi menggunakan power point, penampilan edukasi video, dan praktik langsung mengenai penanganan luka menggunakan P3K dan praktik cara melakukan Bantuan Hidup Dasar. Pengukuran keberhasilan kegiatan sosialisasi ini menggunakan *Pre Test* dan *Post Test*. Setelah dilakukannya sosialisasi ini banyak siswa yang menjadi paham dan bisa mempraktikkan langsung bagaimana penggunaan P3K dan BHD.

ABSTRACT

The implementation of Occupational Safety and Health (K3) in everyday life is one of the actions that can save ourselves and those around us. K3 must also be implemented, especially for elementary school children. This is because of the many potential hazards in elementary schools, such as falls and slips. Facts show that the school environment is a place where children spend time and has the potential to cause minor injuries. It is important for elementary school children to know how to treat wounds with first aid and it is important for students to know basic life support knowledge. The use of the School Health Unit should also be required in this activity, however, the School Health Unit at Kemiri 1 Elementary School is no longer functioning and has been converted into a storage room and other sports equipment. The implementation stages are divided into three: the planning stage, the implementation stage, and the evaluation stage. The method of implementing this socialization is carried out by delivering material using PowerPoint, showing educational videos, and direct practice on first aid and Basic Life Support. The success of this socialization activity is measured using a pre-test and post-test. After this socialization, many students understood and were able to directly practice how to use first aid and Basic Life Support.

Penulis Korespondensi:

- Lintang Andhaning Pawestri
- Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Email:

friskayuligoy@unusa.ac.id

Kata Kunci: Penguatan,
Keterampilan, P3K

PENDAHULUAN

Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) merupakan aspek yang penting dalam kehidupan sehari-hari, K3 sering juga hanya diterapkan didalam dunia kerja padahal K3 juga bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Budaya K3 juga harus dilakukan dan dikenalkan sejak dini agar bisa menjadi kebiasaan bagi para setiap orang untuk peduli terhadap keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan. Penanaman Budaya K3 sejak dini bisa diterapkan disekolah. Fakta menunjukkan bahwa kondisi di sekolah memiliki resiko kecelakaan dan gangguan kesehatan bagi seluruh warga sekolah termasuk siswa yang dapat dipengaruhi oleh dari sifat aktifitas di sekolah, karakteristik warga sekolah, tata letak ruang, terdapat area-area yang kurang kondusif, serta budaya kesehatan dan keselamatan kerja. (Djaali *et al.*, 2020) Sekolah adalah tempat anak-anak menghabiskan 70% waktunya disana jadi sekolah merupakan lingkungan dimana anak-anak sangat aktif secara fisik dan mereka juga belajar, bermain, dan juga berolahraga. Aktivitas yang mereka lakukan disekolah tentunya juga memiliki potensi bahaya bagi siswa. Kemungkinan terjadi cedera pada anak-anak pada saat berada disekolah karena sebagian besar kegiatan mereka adalah di sekolah. Jenis cedera yang sering dialami oleh anak-anak sekolah dasar adalah tersandung, terpeleset, terkilir, terjatuh saat bermain, terkena benda tajam (Gosal *et al.*, 2017). Banyak juga anak yang belum mengetahui bagaimana cara mengobati luka dengan menggunakan alat-alat P3K. Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dilakukan sebagai upaya pertolongan dan perawatan sementara terhadap korban kecelakaan sebelum mendapat pertolongan yang lebih sempurna dari tenaga kesehatan (dokter atau paramedis). Disinilah pengetahuan dan keterampilan melakukan pertolongan pertama dibutuhkan oleh siapa saja. Kondisi gawat darurat atau kecelakaan mungkin bisa terjadi dimana saja, baik dilingkungan sekolah maupun di rumah (Manalu *et al.*, 2025).

P3K pada anak sekolah dasar juga penting karena membantu menanamkan kesadaran akan keselamatan ekstra bagi anak-anak, membantu mengurangi cedera lebih lanjut pada tragedi kecil di sekolah, serta memberdayakan anak-anak dengan pengetahuan dan kepedulian dasar mengenai tanggap darurat yang sesungguhnya (Huda., 2021). Selain Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K), tetapi penjelasan dan pemberian materi Bantuan Hidup Dasar atau BHD juga harus diberikan. Basic Life Support (BLS) atau dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai Bantuan Hidup Dasar (BHD) merupakan usaha yang dilakukan untuk memper-tahankan kehidupan pada saat pasien atau korban mengalami keadaan yang mengancam jiwa. Di luar negeri BLS/BIID ini sebenarnya sudah banyak diajarkan pada orang-orang awam atau orang-orang awam khusus (Wahyuni, Rumpiati and LestaRiningsih, 2017).

METODE

Waktu dan tempat dilakukan di SDN Kemiri 1 di jalan Jalan Youn Bambang Yuwono, Kemiri, Kec. Pacet, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur, Tepatnya kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal Selasa, 17 Juni 2025. Pelaksanaan kegiatan ini melalui 3 tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Dimulai dengan membuat perencanaan kegiatan yang akan dilaksanakan di Sekolah Dasar yang berada di desa Kemiri yaitu di SD Kemiri 1. Dengan cara mendatangi sekolah untuk meminta persetujuan akan melakukan kegiatan sosialisasi di sekolah dasar tersebut. Setelah mendapat izin untuk melakukan sosialisasi, kami menyusun rundown dan acara yang akan dilaksanakan. Sebelum memulai kegiatan kami melakukan pendekatan dengan cara perkenalan terlebih dahulu kepada para guru dan murid yang berada di Sekolah Dasar di desa Kemiri, Kecamatan Pacet.

Tahap yang kedua yaitu pelaksanaan, melakukan pelaksanaan kegiatan. Pada sosialisasi P3K dan Bantuan Hidup Dasar ini kami memberikan edukasi berupa pengertian P3K, alat apa saja yang tersedia didalam kotak P3K, dan yang terakhir kami melakukan praktik P3K dengan bagaimana cara mengobati luka jika ada teman yang jatuh dan melakukan praktik Bantuan Hidup Dasar (BHD). Dalam metode pelaksanaan ini kami juga memberikan soal pre test dan post test untuk mengetahui pengetahuan sebelum dan sesudah diberi materi.

Tahap yang ketiga yaitu evaluasi, setelah melakukan kegiatan sosialisasi kami mengevaluasi pelaksanaan kegiatan yang kami lakukan. Pada tahap evaluasi ini kami mengukur keberhasilan kegiatan yang telah kami lakukan. Mengevaluasi hasil pre test dan post test yang telah dilaksanakan hari ini Sasaran dari sosialisasi ini adalah siswa kelas 5.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan ini dilakukan secara offline yang berada di SDN 1 Kemiri yang berada di Desa Kemiri, Kecamatan Pacet, Kabupaten Mojokerto. Kegiatan ini dilaksanakan tanggal 17 Juni 2025, kami melakukan sosialisasi P3K dan Bantuan Hidup Dasar di Sekolah Dasar Kemiri 1 dengan peserta yang berjumlah 24 orang dan 3 guru.

Tabel 1 Kategori Responden

No	Kategori	Jumlah	Presentase(%)
1.	Laki-laki	15	62,5
2.	Perempuan	9	37,5
Total		24	100

Berdasarkan data jumlah keseluruhan siswa yang terlibat dalam kegiatan adalah sebanyak 24 siswa, yang terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan. Seluruh siswa tersebut menjadi responden dalam evaluasi peningkatan sikap setelah sosialisasi mitigasi bencana dan P3K.

Tabel 2. Hasil PreTest pengetahuan

No	Jumlah Benar	Jumlah	Presentase(%)
1	5 Soal	1	4,17
2	6 Soal	6	25,00
3	7 Soal	8	33,33
4	8 Soal	6	25,00
5	9 Soal	3	12,50
Total		24	100

Berdasarkan hasil pre test pengetahuan dari 24 siswa, diketahui bahwa sebagian besar siswa memperoleh nilai dalam rentang 6 hingga 8. Sebanyak 8 siswa (33,33%) mendapatkan nilai 7, itu menjadikan nilai yang paling banyak yang diperoleh. Nilai 6 dan 8 masing-masing diperoleh oleh 6 siswa (25%), menunjukkan nilai yang cukup seimbang di tingkat menengah. Sementara itu, hanya 3 siswa (12,5%) yang mencapai nilai 9, dan hanya 1 siswa (4,17%) yang memperoleh nilai terendah yaitu 5. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki pemahaman dasar yang cukup.

Hasil Pre Test Sikap

Tabel 3. Hasil Pre Test Sikap

No	Jumlah Benar	Jumlah	Presentase(%)
1	40-54 Soal	15	62,5%
2	55-69 Soal	9	37,5%
Total		24	100%

Berdasarkan hasil pre test sikap dari 24 siswa, diketahui bahwa sebagian besar siswa, yaitu sebanyak 15 orang atau 62,5%, berada pada kategori nilai 40–54. Sementara itu, sebanyak 9 siswa atau 37,5% memperoleh nilai yang lebih tinggi, yaitu pada rentang 55–69. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa masih berada pada tingkat sikap yang kurang, dan sebagian lainnya telah menunjukkan sikap yang cukup dalam memahami materi sebelum diberikan sosialisasi atau pelatihan

Hasil Post Test Pengetahuan.

Tabel 4. Hasil Post Test Pengetahuan

No	Jumlah Benar	Jumlah	Presentase(%)
1	8 Soal	4	16,67
2	9 Soal	10	41,67
3	10 Soal	10	41,67
Total		24	100

Berdasarkan hasil post test pengetahuan dari 24 siswa, sebanyak 10 siswa (41,67%) memperoleh nilai 9 dan 10 siswa lainnya (41,67%) mendapatkan nilai sempurna, yaitu 10. Sementara itu, hanya 4 siswa (16,67%) yang memperoleh nilai 8. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa mengalami peningkatan pemahaman yang signifikan setelah sosialisasi, dengan lebih dari 80% siswa mencapai nilai tinggi.

Tabel 5. Hasil Post Test Sikap

No	Jumlah Benar	Jumlah	Presentase(%)
1	69-84 Soal	14	58,33
2	85-100 Soal	10	41,67
Total		24	100

Berdasarkan hasil post test sikap dari 24 siswa, sebanyak 14 siswa atau 58,33% berada pada rentang nilai 69–84, sedangkan 10 siswa atau 41,67% berada pada kategori nilai yang lebih tinggi, yaitu 85–100. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah memiliki sikap yang baik setelah pelaksanaan kegiatan sosialisasi, dan hampir setengah dari mereka telah mencapai tingkat sikap yang sangat baik.

PEMBAHASAN

Hasil pembagian pre test dan post test didapatkan bahwa terjadi perubahan signifikan dari peserta saat sesudah diberi sosialisasi. Peningkatan ini dapat dilihat secara langsung bagaimana antusiasnya peserta saat dilakukannya praktik secara langsung setelah sosialisasi. Pelatihan pertolongan pertama untuk korban kecelakaan bertujuan meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat tentang tindakan awal yang sangat penting untuk korban kecelakaan di mana saja termasuk sekolah untuk mencegah cedera lebih lanjut atau kematian dikutip (Arbon et al., 2011) dalam jurnal (Andriani *et al.*, 2024). Saat pemaparan materi tentang P3K dan Bantuan Hidup Dasar semua murid dan guru juga ikut memperhatikan dengan seksama karena ini merupakan ilmu dasar yang wajib diterapkan. Kondisi yang umum terjadi disekolah seperti luka lecet, terkilir, patah tulang, hingga kondisi seperti pingsan, tersedak, dan mimisan membutuhkan pertolongan awal yang cepat dan tepat terhadap korban sehingga dapat menyelamatkan nyawa sebelum mendapatkan penanganan secara medis (Kevin Gorey, 2019) dalam jurnal (Awam and Sekolah, 2025)

Tidak hanya peningkatan kesiapsiagaan dan P3K saja yang harus dilakukan oleh semua warga yang ada di sekolah. Tetapi penggunaan UKS juga diperlukan untuk mendukung tingkat kepedulian siswa. Menurut hasil observasi yang telah dilakukan SDN Kemiri 1 memiliki UKS tetapi fungsi UKS nya sendiri sudah hilang, UKS yang berada di SDN Kemiri 1 dijadikan tempat menyimpan barang olahraga dan barang lainnya. UKS mempunyai tujuan membentuk pribadi peserta didik dengan mandiri, dan bertanggung jawab dalam melaksanakan budaya hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, dan secara khusus bertujuan agar prestasi belajar peserta didik meningkat serta mutu pendidikan menjadi semakin baik. Pendidikan kesehatan tentang Bantuan Hidup Dasar (BHD) awam pada remaja penting dilakukan karena remaja merupakan masa transisi dimana segala informasi positif dan ilmu pengetahuan akan berguna bagi remaja di masa dewasa. Sejalan dengan teori Green and Kreuter, bahwa pengetahuan termasuk faktor yang dapat mempermudah (predisposing factor) untuk terjadinya perubahan perilaku (Fauzan, Kahtan and Herman, 2021)

KESIMPULAN

Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dilakukan sebagai upaya pertolongan dan perawatan sementara terhadap korban kecelakaan sebelum mendapat pertolongan yang lebih sempurna dari tenaga kesehatan (dokter atau paramedis) (Seni *et al.*, 2024). P3K dan Bantuan Hidup Dasar perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan harus ditanamkan sejak dini agar setiap orang mempunyai karakter dan tanggung jawab untuk keselamatan untuk dirinya sendiri dan orang lain. Dari hasil sosialisasi yang telah dilakukan masih banyak anak yang belum paham mengenai P3K dan Bantuan Hidup Dasar, setelah dilakukannya sosialisasi dan praktik secara langsung para peserta baru bisa dan paham mengenai P3K dan bagaimana langkah-langkah melakukan Bantuan Hidup Dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrey Christina Gosal & I Ketut Wibawa Nada. (n.d). *Bantuan Hidup Dasar*
- Andriani, R. *et al.* (2024) ‘Peningkatan Pengetahuan Siswa Sekolah Menengah Pertama Tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K)’, *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Darma Bakti Teuku Umar*, 6(1), p. 41. Available at: <https://doi.org/10.35308/baktiku.v6i1.7596>.
- Awam, O. and Sekolah, D.I. (2025) ‘5 1,4,5’, 8, pp. 3466–3479.
- Djaali, N.A. *et al.* (2020) ‘Penerapan Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) Melalui Sosialisasi Potensi Bahaya di Sekolah’, *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 2(1), pp. 34–43. Available at: <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v2i1.290>.
- Fauzan, S.S.F., Kahtan, I. and Herman, H. (2021) ‘Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Bantuan Hidup Dasar (Bhd) Awam Melalui Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Sekolah Menengah Atas (Sma) Di Kota Pontianak’, *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 12(2), pp. 66–74. Available at: <https://doi.org/10.54630/jk2.v12i2.158>.
- Huda, N., Zuhroidah, I., Toha, M., & Sujarwadi, M. (2021). Pelatihan Pertolongan Pertama Kecelakaan (P3K) Pada Guru Pembina dan Anggota PMR. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(2), 323-328. <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/3746>
- Manalu, R.B.B. *et al.* (2025) ‘Edukasi Pentingnya Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Pada Siswa SD Negeri 064025’, 3, pp. 182–186.
- Seni, W. *et al.* (2024) ‘Edukasi dan Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Siswi SMA Swasta Babul Maghfirah Kabupaten Aceh Besar’, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(4), pp. 1120–1129. Available at: <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i4.958>.
- UAD, L. (2024). *Pelatihan P3K dan Bantuan Hidup Dasar*.
- Wahyuni, S.D., Rumpiati and LestaRiningsih, R.E.M. (2017) ‘Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja’, *Global Health Science*, 2(2), pp. 149–154.