



PENINGKATAN KEMAMPUAN PERTOLONGAN PERTAMA ANGGOTA PMR DALAM PENANGANAN CEDERA JARINGAN LUNAK DI SMK CENDIKA BANGSA

Wiwit Ratna Mi'asih^{1*}, Adita Nafisa²

^{1,2}Manajemen, Ekonomi dan Bisnis, Universitas Islam Raden Rahmat Malang

*Email: wiwitratnamiasih2610@gmail.com

Corresponding author:

Wiwit Ratna Mi'asih

Universitas Islam Raden Rahmat Malang

Email: wiwitratnamiasih2610@gmail.com

ABSTRAK

Cedera atau kecelakaan ringan dapat dialami siapa saja di lingkungan terdekat khususnya sekolah. Oleh karena itu sudah sepatutnya sekolah memiliki ekstrakurikuler yang dapat menjadi rujukan Ketika terjadi hal-hal tersebut. Salah satunya adalah Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR) yang merupakan salah satu ekstrakurikuler yang cukup menarik, karena siswa akan cenderung banyak berlatih mengenai penanganan P3K. Program pengabdian Kepada Masyarakat ini menggunakan metode pelatihan dalam upaya pertolongan pertama pada perawatan cedera jaringan lunak bagi siswa Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa. Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, kepada peserta siswa Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa, maka hasil yang diperoleh dari kegiatan tersebut adalah : 1. Terlaksananya edukasi dalam upaya memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang perlunya perawatan cedera jaringan lunak kepada anggota Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa. 2. Terlaksananya pelatihan perawatan cedera jaringan lunak dengan melibatkan peserta siswa-siswi anggota Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa untuk dapat meningkatkan perawatan luka dalam aktivitas sehari-hari, baik menolong diri sendiri, keluarga maupun orang lain. 3. Anggota PMR SMK Cendika Bangsa mampu menerapkan bagaimana cara penanganan serta pencegahan cedera agar tidak semakin fatal sebelum dirujuk ke fasilitas Kesehatan.

Kata Kunci: Cedera Jaringan Lunak; Pertolongan Pertama; PMR

ABSTRACT

Injuries or minor accidents can be experienced by anyone in the immediate environment, especially schools. Therefore, it is appropriate for schools to have extracurricular activities that can be used as a reference when these things happen. One of them is the Youth Red Cross (PMR) extracurricular which is quite an interesting extracurricular, because students will tend to practice a lot about handling first aid. This community service program uses training methods in first aid efforts to treat soft tissue injuries for Cendika Bangsa Vocational School Youth Red Cross students. After carrying out community service activities for the participants of the Youth Red Cross of SMK Cendika Bangsa, the results obtained from these activities were: 1. Implementation of education in an effort to provide knowledge and understanding about the need for treating soft tissue injuries to members of the Youth Red Cross of SMK Cendika Nation. 2. Implementation of soft tissue injury care training involving student members of the Youth Red Cross at Cendika Bangsa Vocational School to be able to improve wound care in daily activities, both helping themselves, their families and others. 3. Members of PMR SMK Cendika Bangsa are able to apply how to treat and prevent injuries so that they do not become fatal before being referred to a health facility.

Keywords: Soft tissue injuries; First Aid; PMR

PENDAHULUAN

Cedera atau kecelakaan ringan dapat dialami siapa saja di lingkungan terdekat khususnya sekolah. Persiapan pertolongan pertama, luka kecil tersebut seharusnya dapat ditangani secepat dan seefektif mungkin. Sayangnya, masih banyak masyarakat yang keliru dalam memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K), sehingga kurang tepat sehingga hal itu menyebabkan infeksi. Penanganan harus diberikan oleh orang terdekat yang



ada di sekitar korban (Susanti & Putri, 2021). Pertolongan Pertama (*first aid*) adalah penanganan atau perawatan awal dari terjadinya suatu penyakit atau kecelakaan. Hal ini dapat dilakukan oleh orang yang bukan ahli dalam menangani kejadian sakit atau cedera, sampai menunggu pengobatan definitive dapat diakses (Huda dkk., 2021). Permasalahan edukasi tentang P3K menjadi salah satu tantangan untuk terus dikembangkan, karena menjadi bagian dalam pembentukan ketahanan individu maupun masyarakat (Prastyawati, Kusuma Wardhani, Iriene, & Yudit Pramono. Domingo Ruku. 2021)

Oleh karena itu sudah sepatutnya sekolah memiliki ekstrakurikuler yang dapat menjadi rujukan Ketika terjadi hal-hal tersebut. Salah satunya adalah Ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR). Palang Merah Remaja (PMR) merupakan salah satu ekstrakurikuler yang cukup menarik, karena siswa akan cenderung banyak berlatih mengenai penanganan P3K. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan di luar jam pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat siswa melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan disekolah (Prahesty, 2016). Salah satu upaya mewujudkan manajemen sekolah adalah dengan melakukan kegiatan ekstrakurikuler (Astuti, 2017).

Pada dasarnya semua anggota memerlukan pelatihan yang sesuai dengan tugasnya yang didampingi oleh fasilitator yang sesuai dengan bidangnya. Beberapa fenomena diatas menjadi latar belakang untuk melaksanakan kegiatan peningkatan kemampuan anggota PMR dalam penanganan luka. Tujuan dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi untuk berperan aktif dalam pertolongan pertama pada kecelakaan bagi anggota PMR di SMK Cendika Bangsa dalam menghadapi kondisi kecelakaan di lapangan. Memahami adalah suatu kemampuan untuk memperjelas secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku yang didasari oleh pengetahuan kesadaran dan sikap yang positif, maka perilaku akan bersifat langgeng. Sebaliknya apabila perilaku tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan berlangsung (Kamesyworu dkk., 2023)

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Cendika Bangsa adalah salah satu SMK yang berada di Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang dan merupakan salah satu sekolah yang banyak diminati oleh siswa-siswi wilayah tersebut. SMK Cendika Bangsa memiliki banyak pilihan Ekstrakurikuler salah satunya yaitu Palang Merah Remaja (PMR) yang memiliki tujuan ingin menjadikan siswa-siswi yang tergabung didalamnya sebagai siswa-siswi yang sadar akan pentingnya Kesehatan dan memiliki pengetahuan, keterampilan, dan pemahaman yang baik khususnya dalam penerapan pemberian Pertolongan Pertama pada cedera jaringan lunak.

Alasan memilih SMK Cendika Bangsa adalah terdapat banyaknya siswa-siswi yang menjadi peserta didik dan tidak adanya tenaga medis khusus yang selalu ada di sekolah, serta lokasi dan juga bangunan SMK Cendika Bangsa yang cukup rawan terjadi kecelakaan ringan yang dapat menyebabkan cedera. Siswa harus merasa berada dalam lingkungan yang aman agar terjadi pembelajaran yang efektif (Prastiyo, 2023)

Studi penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurul Huda dkk menunjukkan perubahan peningkatan pengetahuan ketrampilan santri mengenai pertolongan pertama pada kecelakaan di ukur dengan hasil apersepsi dan evaluasi terjadinya peningkatan pemahaman



tentang pertolongan pertama pada kecelakaan serta terkait patah tulang, cedera otot, jaringan lunak serta mampu mempraktekkan menghentikan perdarahan dan pembidaian, serta perawatan luka dan penanganan gigitan ular. Jika terjadi kecelakaan di lingkungan pondok pesantren, mereka bisa dengan segera memberikan pertolongan pertama sebelum di bawa ke pusat kesehatan pesantren sesuai dengan pengetahuan serta ketrampilan yang didapat ketika pelatihan pertolongan pertama pada kecelakaan.

METODE PELAKSANAAN (12pt, Cambria)

Program pengabdian Kepada Masyarakat ini menggunakan metode pelatihan dalam Upaya pertolongan pertama pada perawatan cedera jaringan lunak bagi siswa Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa. Materi tentang pelatihan pertolongan pertama cedera jaringan lunak telah dimodifikasi untuk orang awam dan disesuaikan dengan kondisi Masyarakat (siswa-siswi anggota Palang Merah Remaja) di sekolah dengan menggunakan modul Pertolongan Pertama PMR Wira edisi 2008. Pelaksanaan pengabdian Masyarakat ini melibatkan Kerjasama dengan pihak sekolah. Metode pelaksanaan kegiatan pelatihan pertolongan pertama pada perawatan cedera jaringan lunak terdiri dari beberapa kegiatan yaitu :

1. Kegiatan dimulai dengan diskusi tanya jawab kepada seluruh anggota yang mengikuti kegiatan yang berguna untuk menjadi pengukur sejauh mana pemahaman sebelum adanya edukasi.
2. Memberikan edukasi tentang pengertian cedera jaringan lunak, klasifikasi cedera jaringan lunak, dan macam-macam cedera jaringan lunak.
3. Memberikan edukasi berupa contoh alat-alat yang digunakan dalam penanganan seperti Alat Perlindungan Diri (APD), macam-macam penutup dan pembalutan, alat perekat, serta alat pendukung lainnya.
4. Pelatihan keterampilan pertolongan pertama perawatan cedera jaringan lunak dengan memberikan praktik atau demonstrasi yang dimulai dengan menggunakan alat perlindungan diri, dan dilanjutkan mengajarkan Langkah-langkah yang dilakukan dalam memberikan pertolongan atau tindakan perawatan cedera jaringan lunak bagi siswa-siswi anggota Palang Merah Remaja di SMK Cendika Bangsa serta narasumber mendemonstrasikan prosedur perawatan cedera jaringan lunak bagi peserta.
5. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi tanya jawab mengenai materi yang sudah dipaparkan baik secara teori maupun praktek.
6. Evaluasi terhadap peserta yang telah mampu mendemonstrasikan pertolongan pertama pada cedera jaringan lunak dengan menggunakan alat-alat penanganan sesuai prosedur yang diberikan oleh narasumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang dilakukan pada Minggu, 22 Oktober 2023 ini secara umum berjalan lancar dan sesuai yang diharapkan karena persiapan yang baik serta didukung partisipasi aktif para partisipan yang dibuktikan dengan berbagai pertanyaan saat sesi diskusi. Faktor lain yang mendukung kesuksesan kegiatan ini yaitu dukungan dari pihak sekolah. Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, kepada peserta siswa Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa, maka hasil yang diperoleh dari kegiatan tersebut adalah: 1.

Terlaksananya edukasi dalam upaya memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang perlunya perawatan cedera jaringan lunak kepada anggota Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa. 2. Terlaksananya pelatihan perawatan cedera jaringan lunak dengan melibatkan peserta siswa-siswi anggota Palang Merah Remaja SMK Cendika Bangsa untuk dapat meningkatkan perawatan luka dalam aktivitas sehari-hari, baik menolong diri sendiri, keluarga maupun orang lain. 3. Anggota PMR SMK Cendika Bangsa mampu menerapkan bagaimana cara penanganan serta pencegahan cedera agar tidak semakin fatal sebelum dirujuk ke fasilitas Kesehatan. 4. Anggota PMR SMK Cendika Bangsa mampu meminta bantuan kepada orang terdekat seperti guru maupun staff agar jika terjadi korban segera dilakukan rujukan ke Fasilitas Kesehatan setelah mereka melakukan Pertolongan Pertama.

Trauma merupakan suatu cedera atau rupadaksa yang bisa mencederai baik pada fisik maupun psikis. Trauma jaringan lunak muskuloskeletal dapat berupa vulnus (luka), perdarahan, memar (kontusio), regangan atau robekan parsial (sprain), putus atau robekan (avulsi atau rupture), gangguan pembuluh darah dan gangguan saraf (Rifai & Sugiyarto, 2022). Trauma sendiri tentu akan menimbulkan suatu akibat berupa kerusakan. Kerusakan jaringan akibat benda tumpul bergantung pada berbagai faktor, factor-faktor ini termasuk jenis benda yang mengenai tubuh, kekuatan bend aitu menekan tubuh, kecepatan benda tersebut bersentuhan dengan tubuh dan daerah tubuh yang terkena serta luas daerah tubuh yang terkena (Petrus, 2021)

Pelaksanaan Pelatihan Pertolongan Pertama pada cedera jaringan lunak pada anggota PMR SMK Cendika Bangsa dilakukan untuk membekali anggota PMR agar pada saat mereka menemui kejadian kasus cedera jaringan lunak saat mereka sedang melakukan kegiatan di sekolah maupun ditempat lain mereka mampu untuk memahami serta mampu melaksanakan tindakan Pertolongan Pertama pada perawatan cedera untuk mencegah kecacatan dan kematian. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurul Huda dkk menunjukkan perubahan peningkatan pengetahuan ketrampilan santri mengenai pertolongan pertama pada kecelakaan di ukur dengan hasil apersepsi dan evaluasi terjadinya peningkatan pemahaman tentang pertolongan pertama pada kecelakaan serta terkait patah tulang, cedera otot, jaringan lunak serta mampu mempraktekkan menghentikan perdarahan dan pembidaian, serta perawatan luka dan penanganan gigitan ular. Jika terjadi kecelakaan di lingkungan pondok pesantren, mereka bisa dengan segera memberikan pertolongan pertama sebelum di bawa ke pusat kesehatan pesantren sesuai dengan pengetahuan serta ketrampilan yang didapat ketika pelatihan pertolongan pertama pada kecelakaan.

Selain mendapatkan pengetahuan baik secara teori maupun praktek penanganan cedera jaringan lunak, mereka juga mampu untuk mempraktekkan serta menjelaskan langkah-langkah dengan baik perawatan cedera jaringan lunak misalkan perawatan pada perdarahan luar yaitu diawali dengan memakai APD sarung tangan *lateks* tekan luka dengan jari atau telapak tangan, dilanjutkan dengan meninggikan anggota tubuh yang cedera lebih tinggi dari jantung untuk mengurangi kehilangan darah, dan tekan pada titik tekan yaitu arteri di atas daerah yang mengalami perdarahan. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan :



Gambar 1. Diskusi dan tanya jawab sebelum dilaksanakannya edukasi



Gambar 2. Pemaparan tentang pengertian cedera jaringan lunak, klasifikasi cedera jaringan lunak, dan macam-macam cedera jaringan lunak.



Gambar 3. Pemaparan contoh alat-alat yang digunakan dalam penanganan



Gambar 4. Praktik perawatan cedera jaringan lunak



Gambar 5. Diskusi dan tanya jawab setelah dilaksanakannya edukasi

KESIMPULAN

Kegiatan ini mengoptimalkan seluruh peserta mampu berperan aktif. Hasil dari kegiatan ini peserta mampu menerima dengan baik materi yang sudah diberikan baik secara teori maupun praktek yang dibuktikan dengan mereka mampu mempraktekkan kembali serta menjelaskan Langkah-langkah dengan baik perawatan cedera jaringan lunak misalkan perawatan pada perdarahan luar yaitu diawali dengan memakai APD sarung tangan *lateks* tekan luka dengan jari atau telapak tangan, dilanjutkan dengan meninggikan anggota tubuh yang cedera lebih tinggi dari jantung untuk mengurangi kehilangan darah, dan tekan pada titik tekan yaitu arteri di atas daerah yang mengalami perdarahan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan ini, khususnya pihak dari SMK Cendika Bangsa dan seluruh anggota PMR SMK Cendika Bangsa yang berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Astuti, I. (2017). PERAN PMR (PALANG MERAH REMAJA) DALAM MEMBANGUN GENERASI PANCASILA. *Integralistik*, 28(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/integralistik.v28i2.13722>.
- Huda, N., Zuhroidah, I., Toha, M., & Sujarwadi, M. (2021). PELATIHAN PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN (P3K) PADA GURU PEMBINA DAN ANGGOTA PMR. 4, 323–328. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i2.3746>.
- Kamesyworu, K., Haryanti, E., & Hartati, S. (2023). Pelatihan Peningkatan Kemampuan Anggota Palang Merah Remaja Dalam Penanganan Kejadian Kecelakaan Sehari Hari Di SMP N 6 Unggul Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2022. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.55018/jakk.v2i1.13>.
- Petrus, A. (2021). Aspek Medikolegal Korban Luka Akibat Trauma Tumpul. *ANATOMICA MEDICAL JOURNAL | AMJ*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.30596/amj.v4i1.5166>.
- Prahesty, R. E. (2016). PERAN EKSTRAKURIKULER PALANG MERAH REMAJA DALAM MEMBENTUK SIKAP TOLONG MENOLONG SISWA DI SMPN 5 SIDOARJO. 01.
- Prastiyo, C. (2023). BUDAYA KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) KOTA BEKASI TAHUN 2023.
- Prastyawati, I., Kusuma Wardhani, I., & Yudit Prsmono, D. R. (2021). EDUKASI PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN CEDERA JARINGAN LUNAK PADA MGMP PJOK SMA/K



KOTA SURABAYA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih (JPMK)*, 2, 59–63.
<https://doi.org/10.52841/jpmk.v2i2.161>.

Rifai, A., & Sugiyarto. (2022). *Management of Musculoskeletal in Accident Victims Through Simulation of Evaluation in the Community*. 5.

Susanti, E., & Putri, P. (2021). PELATIHAN BAGI SISWA PALANG MERAH REMAJA DALAM MEMBERIKAN PERTOLONGAN PERTAMA PADA LUKA. *ABDIKEMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2 Desember), Article 2 Desember.
<https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v3i2>.