

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tersedak termasuk kasus gawat darurat yang berisiko menyebabkan kematian mendadak jika tidak segera ditangani. Kondisi ini terjadi ketika benda asing seperti makanan atau objek kecil menghalangi jalan napas sehingga aliran udara ke paru-paru terhambat. Akibatnya, korban dapat mengalami kekurangan oksigen, hilang kesadaran, bahkan meninggal dalam waktu singkat bila pertolongan terlambat diberikan (*World Health Organization* (WHO), 2021), Tersedak dapat dialami siapa saja tanpa memandang usia dan sering terjadi secara tiba-tiba, sehingga penanganannya harus cepat karena mengancam nyawa.. Kondisi tersedak bisa berakibat fatal apabila tidak segera mendapatkan pertolongan dalam fase kritis (*golden period*). Keterlambatan tersebut kerap dipicu oleh kondisi korban yang berat, keterbatasan peralatan, serta minimnya pengetahuan dan kemampuan penolong dalam memberikan pertolongan pertama pada korban tersedak (Maisyaroh et al., 2022).

Dari data *World Health Organization* (WHO) mencatat adanya peningkatan kasus yang cukup tinggi, yakni sebanyak 17.537 jiwa. Bila ditinjau dari penyebabnya, kasus tersedak paling banyak dipicu oleh makanan (59,5%), diikuti benda asing (31,4%), sedangkan sisanya (9,1%) tidak diketahui penyebabnya (Istiqomah et al ., 2024). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017) tersedak merupakan salah satu penyebab kematian yang sebenarnya dapat

dicegah asalkan tersedia pengetahuan dan keterampilan pertolongan pertama yang memadai.. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2022) mencatat sekitar 12.400 kasus tersedak yang datang ke Instalasi Gawat Darurat (IGD) di berbagai fasilitas kesehatan di Indonesia. Pasien tersebut meliputi anak-anak, remaja, hingga dewasa yang membutuhkan penanganan darurat karena jalan napasnya tersumbat benda asing atau makanan.. Sementara itu, laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan (2025) belum mencatat secara spesifik jumlah kejadian tersedak, namun beberapa fasilitas kesehatan di wilayah tersebut masih menemukan kasus gangguan jalan napas akibat makanan, terutama pada kelompok anak dan remaja. Kondisi ini mengindikasikan perlunya peningkatan kemampuan masyarakat, termasuk siswa, dalam memberikan pertolongan pertama guna menekan angka fatalitas akibat tersedak. Kejadian ini menunjukkan pentingnya pengetahuan dan keterampilan pertolongan pertama yang tepat di masyarakat, terutama di lingkungan sekolah Hal ini menunjukkan pentingnya edukasi mengenai teknik penanganan tersedak, khususnya *Heimlich Maneuver*, yang terbukti efektif dalam mengatasi sumbatan saluran napas (Paloloan., 2022).

Penanganan tersedak dapat dilakukan dengan tiga teknik, yaitu back blows (pukulan punggung), chest thrusts (tekanan dada), dan Heimlich Maneuver (tekanan pada perut). Back blows dilakukan dengan menepuk area di antara tulang belikat secara cepat dan keras agar benda asing terdorong keluar. Chest thrusts memberikan tekanan pada tengah dada untuk menghasilkan dorongan udara dari paru-paru, sedangkan Heimlich Maneuver (abdominal thrust) menekan perut ke arah dalam dan atas secara cepat dan kuat.. Meskipun demikian, beberapa penelitian

terbaru mengungkapkan bahwa kedua teknik tersebut memiliki tingkat efektivitas yang lebih rendah dibandingkan dengan *Heimlich Maneuver*. Penelitian terkini menyatakan bahwa *Heimlich Maneuver* mampu menghasilkan tekanan intratorakal yang lebih besar dan stabil sehingga lebih efektif dalam mengeluarkan sumbatan jalan napas tanpa menimbulkan cedera serius. Temuan lain juga menunjukkan bahwa penggunaan *back blows* terkadang dapat menyebabkan benda asing terdorong lebih dalam ke saluran napas, sedangkan *chest thrusts* berpotensi menimbulkan cedera pada tulang rusuk maupun organ vital, terutama pada anak-anak. Berdasarkan bukti ilmiah tersebut, berbagai pedoman medis internasional merekomendasikan *Heimlich Maneuver* sebagai metode utama dalam penanganan kasus tersedak karena terbukti lebih efektif dan aman untuk diterapkan oleh penolong awam dalam situasi darurat (Huntley et al., 2024).

Heimlich Maneuver adalah tindakan pertolongan pertama untuk melepaskan sumbatan benda asing pada jalan napas dengan cara memberikan tekanan mendadak pada perut bagian atas.. Prosedur ini sederhana, efektif, dan dapat dilakukan oleh siapa pun yang telah memperoleh pelatihan dasar pertolongan pertama (Istiqomah et al., 2024). (Maisyaroh et al., 2022) menemukan bahwa pelatihan Heimlich Maneuver melalui demonstrasi dan media audiovisual terbukti membuat siswa lebih cepat dan tepat dalam menolong korban tersedak.. Oleh sebab itu, penguasaan teknik ini perlu dibekalkan sejak dini, terutama kepada anggota Palang Merah Remaja (PMR) yang berperan penting sebagai penolong pertama di sekolah.

Anggota PMR berada di barisan terdepan dalam memberikan pertolongan pertama di lingkungan sekolah. Sebagai pelaksana kegiatan kesehatan, mereka diharapkan memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk memberi bantuan awal secara sigap dan tepat sebelum tenaga medis datang.

Namun demikian, kemampuan praktik sebagian besar anggota PMR masih tergolong rendah akibat keterbatasan pelatihan yang bersifat praktik langsung. Oleh karena itu, diperlukan pelaksanaan pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi yang menjadi sangat relevan, karena tidak hanya memperkuat pemahaman teori, tetapi juga meningkatkan keterampilan psikomotor dalam melakukan tindakan pertolongan pertama. Dengan adanya pendidikan kesehatan yang terencana dan aplikatif, kemampuan serta kesiapsiagaan anggota PMR dalam menghadapi keadaan darurat di sekolah dapat meningkat secara signifikan (Aliftitah et al., 2023).

Anggota PMR membutuhkan pendidikan kesehatan karena kegiatan ini berperan besar dalam menambah pengetahuan, membentuk sikap, dan melatih keterampilan seseorang, sehingga ia mampu menjalankan pola hidup sehat serta memberi pertolongan pertama dalam kondisi gawat darurat. Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan adalah proses belajar terencana yang bertujuan mengubah perilaku individu maupun kelompok agar sejalan dengan prinsip-prinsip kesehatan. Di sekolah, pendidikan kesehatan tidak sekadar meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menyiapkan siswa agar siaga menghadapi keadaan darurat, termasuk menolong korban tersedak.. Dengan adanya kegiatan pendidikan kesehatan yang efektif, diharapkan siswa mampu menjadi individu yang

tanggap, peduli, dan siap menolong orang lain di lingkungan sekitarnya (Azizah et al., 2024).

Pelaksanaan pendidikan kesehatan membutuhkan metode pembelajaran yang sesuai agar materi dapat dipahami peserta dengan baik.. Metode pendidikan kesehatan dapat berupa ceramah, diskusi, simulasi, maupun demonstrasi. Pemilihan Metode tersebut perlu disesuaikan dengan tujuan pembelajaran serta ciri-ciri peserta didik.. Metode pendidikan kesehatan yang melibatkan partisipasi aktif peserta terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan psikomotorik dan retensi belajar dibandingkan metode pasif seperti ceramah. Oleh karena itu, penggunaan metode yang interaktif seperti demonstrasi sangat direkomendasikan untuk materi yang membutuhkan keterampilan praktis, seperti pertolongan pertama pada kasus tersedak (Miranda et al., 2023). Salah satu materi pendidikan kesehatan yang penting diajarkan di sekolah ialah pertolongan pertama pada kasus tersedak.. Melalui metode demonstrasi, peserta didik dapat mengamati langkah-langkah tindakan yang diperagakan oleh instruktur dan mempraktikkannya secara langsung. Pendekatan ini tidak hanya memperdalam pemahaman teori, tetapi juga membuat gerakan lebih akurat dan menumbuhkan rasa percaya diri saat melakukan pertolongan pertama (Sembiring & Sipayung, 2023)

Berdasarkan Studi pendahuluan yang peneliti laksanakan pada 31 Oktober 2025 di MAN 1 Grobogan menunjukkan bahwa anggota PMR belum mengetahui dan belum mampu mempraktikkan teknik *Heimlich Maneuver* dengan benar.. Selain itu, sebagian besar anggota PMR belum pernah mendapatkan pelatihan atau pendidikan kesehatan secara khusus mengenai penanganan tersedak.

MAN 1 Grobogan dipilih sebagai lokasi penelitian karena ekstrakurikuler PMR-nya aktif, jumlah anggotanya representatif, dan sekolah ini belum pernah mendapat pelatihan *Heimlich Maneuver*, sehingga sesuai untuk menguji efektivitas edukasi kesehatan dengan metode demonstrasi dalam meningkatkan kemampuan menolong korban tersedak..

Data tersebut memperlihatkan bahwa sebagian besar anggota PMR MAN 1 Grobogan belum memahami dan belum bisa mempraktikkan *Heimlich Maneuver* dengan benar. Dengan demikian, pengetahuan dan keterampilan mereka dalam pertolongan pertama tersedak masih perlu ditingkatkan.. Keadaan ini menegaskan perlunya pendidikan kesehatan yang terarah, aplikatif, dan mudah dipahami agar anggota PMR mampu bertindak optimal ketika menghadapi kegawatdaruratan di lingkungan sekolah. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti terdorong untuk mengkaji pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver* terhadap kemampuan anggota PMR dalam memberikan pertolongan pertama pada korban tersedak di MAN 1 Grobogan.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver* terhadap kemampuan anggota PMR dalam memberikan pertolongan pertama pada korban tersedak di MAN 1 Grobogan ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan melalui demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver* terhadap kemampuan anggota PMR

dalam memberikan pertolongan pertama pada korban tersedak di MAN 1 Grobogan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kemampuan pertolongan pertama korban tersedak teknik *Heimlich Maneuver* pada anggota PMR sebelum diberikan pendidikan kesehatan (pre-test) pada kelompok eksperimen yang akan mendapatkan pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver*.
- b. Mengidentifikasi kemampuan pertolongan pertama korban tersedak teknik *Heimlich Maneuver* pada anggota PMR setelah diberikan pendidikan kesehatan (post-test) pada kelompok eksperimen yang telah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver*.
- c. Mengidentifikasi kemampuan pertolongan pertama korban tersedak teknik *Heimlich Maneuver* pada anggota PMR sebelum diberikan pendidikan kesehatan (pre-test) pada kelompok kontrol yang akan mendapatkan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah.
- d. Mengidentifikasi kemampuan pertolongan pertama korban tersedak teknik *Heimlich Maneuver* pada anggota PMR setelah diberikan pendidikan kesehatan (post-test) pada kelompok kontrol yang telah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah.
- e. Menganalisis perbedaan kemampuan pertolongan pertama korban tersedak sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui

metode demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver* pada kelompok eksperimen.

- f. Menganalisis perbedaan kemampuan pertolongan pertama korban tersedak sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan pada kelompok kontrol.
- g. Menganalisis perbedaan kemampuan anggota PMR dalam memberikan pertolongan pertama pada korban tersedak antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan.
- h. Menentukan besarnya pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *Heimlich Maneuver* terhadap peningkatan kemampuan anggota PMR dalam pertolongan pertama pada korban tersedak.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memperkuat teori mengenai pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *heimlich manuver* terhadap kemampuan anggota PMR dalam pertolongan pertama pada tersedak di MAN 1 Grobogan. Serta dapat digunakan sebagai sarana untuk mengembangkan pengetahuan teoritis yang diperoleh dari perkuliahan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Memberikan kontribusi terhadap peningkatan mutu kegiatan UKS dan PMR dalam menangani kasus gawat darurat di lingkungan sekolah.

b. Bagi Anggota PMR / Responden

Meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri dalam memberikan pertolongan pertama pada kasus tersedak.

c. Bagi Tenaga Kesehatan / Pendidik

Menjadi referensi dalam merancang program pendidikan kesehatan berbasis demonstrasi yang efektif dan mudah diaplikasikan di sekolah.

d. Bagi Peneliti Lain

Menjadi bahan rujukan dan dasar bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengembangkan metode pendidikan kesehatan berbasis praktik untuk topik pertolongan pertama lainnya.

E. Sistematika Penulisan

Pada bagan ini menjelaskan tentang sistem penyusunan proposal penelitian.

Secara umum sistematika penulisan proposal sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan Proposal Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan , berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka , tentang landasan dan desain penelitian, teori yang digunakan untuk penelitian serta menggambarkan dalam teori penelitian.

-
- BAB III Metodologi Penelitian,** berisi tentang konsep metodologi mulai dari jenis, desain dan rencana penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, uji instrumen penelitian, dan analisa data serta etika dalam penelitian.
-
- BAB IV Hasil Penelitian,** berisi tentang gambaran umum lokasi penelitian, karakteristik responden, hasil analisis data dan hasil penelitian mengenai pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *Heimlich maneuver* terhadap kemampuan anggota PMR dalam pertolongan pertama pada tersedak di MAN 1 Grobogan.
-
- BAB V Pembahasan,** berisi tentang pembahasan hasil penelitian yang meliputi karakteristik responden, kemampuan anggota PMR sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi, serta pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi teknik *Heimlich maneuver* terhadap kemampuan anggota PMR dalam pertolongan pertama pada tersedak.
-
- BAB VI Penutup,** berisi tentang kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan.
-

F. Penelitian Terkait

Tabel 1. 2 Penelitian Terkait

Peneliti	Judul	Metode	Populasi	Sampling	Hasil	Perbedaan
(Endah Tri Wulandari et al., 2025)	Pengaruh Edukasi Teknik Heimlich Manuver terhadap Pengetahuan an Pertolongan Pertama Tersedak pada Anak	<i>Pre-experimental, One Group Pretest-Posttest</i>	Orang tua/wali balita (30 orang)	Total Sampling	Ada Pengaruh signifikan edukasi terhadap pengetahuan (p=0,001),Setelah intervensi , 100 % responden mmeiliki kategori pengetahuan baiktentang teknik heimlich	Penelitian Wulandari menilai pengetahuan orang tua/wali balita dengan desain pre-eksperimental tanpa kelompok kontrol, sedangkan penelitian saya menilai kemampuan (keterampilan praktik) anggota PMR dengan desain quasi eksperimen

	di Posyandu						menggunakan kelompok kontrol dan kelompok intervensi di lingkungan sekolah.
(Wijaya et al ., 2022)	Pengaruh Edukasi Penangana n Tersedak pada Anak Usia Balita terhadap pengetahu an orang tua	<i>Pre- eksperim ental, One Group Pretest- Posttest</i>	Orang tua balita (34 responden	Total Sampling	Edukasi meningkatkan pengetahuan orang tua tentang penanganan tersedak (uji Wilcoxon signifikan)	Penelitian fokus pengetahuan orang tua balita tentang penanganan tersedak menggunakan desain tanpa kelompok kontrol, sedangkan penelitian saya fokus pada kemampuan praktik anggota PMR dalam melakukan	Wijaya pada orang tentang tersedak desain kelompok sedangkan fokus kemampuan anggota dalam melakukan

						pertolongan pertama tersedak menggunakan metode demonstrasi dengan kelompok kontrol sebagai pembanding.
(Fidiana Kurniawati et al ., 2024)	Pendidikan Kesehatan dengan Metode Demonstrasi pada Penanganan Tersedak Anak	<i>Quasi experiment, One Group Pretest-Posttest</i>	Ibu dengan anak balita (35 responden)	<i>Simple random sampling</i>	$p = 0,000$ menunjukkan efektivitas metode demonstrasi, Terjadi peningkatan skor pengetahuan pendidikan kesehatan.	Penelitian Kurniawati dilakukan pada ibu yang memiliki balita dan mengukur pengetahuan setelah pendidikan kesehatan, sedangkan penelitian saya dilakukan pada anggota PMR

						(remaja sekolah) dan mengukur kemampuan praktik pertolongan pertama tersedak menggunakan lembar observasi <i>checklist</i> serta menggunakan kelompok kontrol dan kelompok intervensi.	
(Amalia et al., 2025)	Edukasi Pertolongan Pertama Pembebasan Jalan Napas Tersedak	<i>pre-experimental dengan desain one group</i>	Anggota PMR (42 responden)	Total Sampling	Pengetahuan meningkat dari 54% menjadi 87,5%, 76,2% peserta menjadi terampil melakukan teknik pembebasan jalan napas setelah demonstrasi	Penelitian dilakukan pada anggota PMR tetapi menggunakan desain <i>pre-eksperimental</i> tanpa kelompok kontrol, sedangkan	Amalia pada

	pada Siswa Anggota PMR di MAN Purbalingga	<i>pretest–posttest.</i>				penelitian saya menggunakan desain quasi eksperimen <i>non-equivalent control group design</i> sehingga terdapat perbandingan hasil antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
(Maisyaroh et al., 2022)	Efektivitas Pelatihan Bantuan Hidup Dasar terhadap Peningkatan Kemampuan	<i>Pre-experimental, One Group Pretest-Posttest</i>	150 siswa MTs	Total Sampling	Pelatihan meningkatkan kemampuan siswa secara signifikan ($p=0,000$).	Penelitian Maisyaroh berfokus pada pelatihan Bantuan Hidup Dasar (BHD) pada siswa MTs dengan topik yang lebih luas, sedangkan penelitian saya fokus

an Siswa
dalam
Penangana
n Tersedak

spesifik pada teknik
Heimlich Maneuver
untuk pertolongan
pertama tersedak
pada anggota PMR
MAN 1 Grobogan
dan menggunakan
desain quasi
eksperimen dengan
kelompok kontrol.
