

HENTI JANTUNG DAN BANTUAN HIDUP DASAR UNTUK AWAM

CARDIAC ARREST AND BASIC LIFE SUPPORT FOR THE GENERAL PUBLIC

Fithriany¹, Nurnarita Laila², Nila Kusma³, Amelia Fadlina⁴
^{1,2,3,4}D3 Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Muhammadiyah Aceh
*E-mail: fithriany66@gmail.com

Abstrak

Henti jantung merupakan kondisi dimana jantung berhenti memompa darah secara efektif, mengakibatkan hilangnya kesadaran dan berpotensi menyebabkan kematian bila tidak ditangani dengan cepat dan tepat. Pengetahuan mengenai henti jantung dan tindakan pertolongan pertama yang tepat sangat penting bagi masyarakat awam, karena kejadian ini dapat terjadi kapan saja dan di mana saja. Henti jantung dapat disebabkan karena penyakit jantung koroner, aritmia, atau kondisi medis lainnya. Saat henti jantung terjadi, aliran darah ke otak dan organ vital lainnya terhenti, sehingga memerlukan penanganan segera untuk memberikan peluang bertahan hidup. Bantuan Hidup Dasar (BHD) merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan untuk mempertahankan fungsi organ vital korban henti jantung hingga bantuan medis profesional datang. Pelatihan BHD sangat penting bagi masyarakat awam agar mereka dapat memberikan pertolongan pertama dalam situasi darurat. Dengan pengetahuan yang tepat tentang cara melakukan BHD serta mengenali tanda-tanda henti jantung, sehingga mereka dapat berkontribusi dalam penyelamatan nyawa. **Metode pelatihan** mencakup ceramah, diskusi interaktif, serta praktek melakukan teknik BHD dengan benar. **Kesimpulan** untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang henti jantung serta Bantuan Hidup Dasar di kalangan masyarakat awam merupakan langkah krusial dalam upaya penyelamatan nyawa. Dengan pelatihan yang tepat, setiap individu memiliki potensi untuk menjadi responden pertama yang efektif dalam situasi darurat.

Kata kunci : Henti Jantung, BHD, Masyarakat Awam

Abstract

Cardiac arrest is a condition in which the heart stops pumping blood effectively, resulting in loss of consciousness and potentially causing death if not treated quickly and appropriately. Knowledge about cardiac arrest and proper first aid measures is very important for the general public, because this incident can happen anytime and anywhere. Cardiac arrest can be caused by coronary heart disease, arrhythmia, or other medical conditions. When cardiac arrest occurs, blood flow to the brain and other vital organs stops, requiring immediate treatment to provide a chance of survival. Basic Life Support (BLS) is a series of actions taken to maintain the function of vital organs of cardiac arrest victims until professional medical assistance arrives. BLS training is very important for the general public so that they can provide first aid in emergency situations. With the right knowledge of how to do BLS and recognize the signs of cardiac arrest, they can contribute to saving lives. Training methods include lectures, interactive discussions, and practicing BLS techniques correctly. The conclusion is that increasing awareness and knowledge about cardiac arrest and Basic Life Support among the general public is a crucial step in saving lives. With the right training, every individual has the potential to be an effective first responder in an emergency situation.

Keywords: Cardiac arrest, BHD, lay public

1. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari sering kita jumpai tiba-tiba ada orang yang terjatuh dan tidak sadarkan diri berada disekitar kita, hal ini dikarenakan terjadi henti jantung secara mendadak. Kasus henti jantung secara mendadak ini merupakan pembunuh nomor satu di dunia. Henti jantung mendadak terjadi karena hilangnya fungsi jantung akibat sistem kelistrikan jantung gagal berfungsi. Kejadian henti jantung yang terjadi diluar rumah sakit 70% nya terjadi dirumah, sisanya terjadi ditempat lain seperti di tempat kerja, arena olahraga, serta ditempat keramaian. Biasanya pasien henti jantung yang terjadi diluar rumah sakit hasilnya buruk 95% orang meninggal sebelum masuk rumah sakit. Hanya sekitar 10,8% pasien henti jantung yang sampai ke rumah sakit yang telah mendapatkan resusitasi dari layanan darurat medis.

Melihat data diatas maka sangatlah penting masyarakat awam dapat memahami dan mampu menolong orang yang mengalami henti jantung dadakan yang ada disekitar mereka. Berdasarkan hal tersebut Unit Rehab Jantung berinisiatif melakukan kerjasama dengan Instalasi PKRS RSUDZA dan Prodi Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Muhammadiyah Aceh untuk mengadakan kegiatan Edukasi Kesehatan Jantung dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar Untuk Awam dengan tema "Sayangi Jantung Anda, Perbaiki Gaya Hidup Anda" yang dilaksanakan bertepatan dengan hari jantung sedunia pada tanggal 29 September 2024, bertempat di Ruang Auditorium RSUDZA Banda Aceh yang diikuti oleh 100 orang masyarakat dengan latar belakang pekerjaan dan pendidikan yang sangat bervariasi

Bantuan hidup dasar merupakan usaha untuk memperbaiki atau memelihara jalan napas, pernapasan dan sirkulasi serta kondisi darurat . Bantuan hidup dasar terdiri dari penilaian awal, penguasaan jalan napas, ventilasi pernapasan dan kompresi dada (sudiharto & sartono, 2011). Keadaan darurat bisa terjadi kapan saja, dimana saja dan kepada siapa pun. Situasi ini mengharuskan masyarakat untuk mengetahui bagaimana melakukan pertolongan pertama kepada korban yang berada pada dalam situasi darurat

Tujuan utama dilakukan bantuan hidup dasar adalah untuk oksigenasi darurat yang bermanfaat untuk mempertahankan ventilasi paru dan mendistribusikan darah-teroksigenasi ke jaringan tubuh. BHD juga dapat memberikan bantuan untuk sirkulasi sistemik, ventilasi dan oksigenasi tubuh secara efektif dan optimal sampai didapatkan kembali sirkulasi sistemik spontan atau telah tiba bantuan dengan peralatan yang lebih lengkap untuk melaksanakan tindakan bantuan hidup jantung lanjutan.

Dalam edukasi ini masyarakat dikenalkan tanda dan gejala henti jantung mendadak, aktivasi sistem tanggap darurat serta diajarkan cara melakukan resusitasi jantung paru awal. Orang awam yang sudah terlatih dalam melakukan Bantuan Hidup Dasar (BHD) biasanya mempunyai kecenderungan untuk lebih percaya diri dan mampu melakukan prosedur Bantuan Hidup Dasar (BHD) apabila menemukan situasi serangan jantung.

Edukasi bantuan hidup dasar yang diberikan kepada masyarakat awam ini bertujuan untuk menambah pengetahuan, menambah skill serta meningkatkan percaya diri masyarakat untuk dapat memberikan pertolongan pertama pada pasien yang mengalami henti jantung, henti napas, maupun pasien yang mengalami sumbatan jalan napas sehingga masyarakat awam dapat memainkan peranan penting dalam menyelamatkan nyawa seseorang.

Pertolongan pertama pada pasien henti jantung akan mempengaruhi terhadap keberhasilan dan keselamatan seorang pasien, kita harus kejar kejaran dengan waktu, peluang keberhasilan akan tercapai hingga 98% bila keterlambatan hanya 1 (satu) menit, bila keterlambatan 3 (tiga) menit keberhasilan 50% tapi bila keterlambatan mencapai 10 menit maka tingkat keberhasilannya hanya 1 (satu) persen.

2. METODE PENGABDIAN

a. Jadwal kegiatan

Kegiatan edukasi bantuan hidup dasar untuk awam dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 25 September 2024 di Auditorium Rumah Sakit Umum dr Zainoel Abidin Banda Aceh, dimana kegiatannya dimulai dari jam 8.30 hingga selesai

b. Metode Pengabdian

Metode yang digunakan pada kegiatan kegiatan edukasi bantuan hidup dasar untuk awam ini adalah: Ceramah, diskusi dan praktek BHD

c. Prosedur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

1. Tahap persiapan pada kegiatan ini antara lain membuat preplanning berupa identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, serta membuat pengorganisasian kegiatan.
2. Rapat Tim Rehab Jantung , tim PKRS RSUDZA dan dosen prodi D3 Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Muhammadiyah Aceh membahas perencanaan kegiatan bersama tentang edukasi bantuan hidup dasar untuk awam dilaksanakan pada bulan 25 Agustus 2022 di Ruang Rehab Jantung RSUDZA yang menghasilkan keputusan tentang :tempat dan tanggal pelaksanaan kegiatan, mekanisme pelaksanaan kegiatan, menentukan pemateri dan instruktur serta penanggung jawab kegiatan.
3. Pelaksanaan kegiatan di ruang Auditorium RSUD dr Zainoel Abidin Banda Aceh pada tanggal 25 September 2024, Kegiatan dimulai dengan registrasi peserta dari jam 8.00-8.30. Peserta merupakan masyarakat Banda Aceh dan sekitarnya. Kegiatan pemaparan materi tentang henti jantung dan BHD disampaikan oleh dr.Muhammad Ridwam Sp.JP-FIHA ,dan dr.Sri Murdiati Sp,JP, FIHA, kemudian dilanjutkan dengan diskusi interaktif dan peragaan BHD oleh Instruktur.
4. Dilanjutkan dengan semua peserta malakukan praktek BHD secara berpasangan dengan menggunakan manikin yang telah disediakan
5. Setiap peserta dipastikan mengikuti praktek BHD secara baik dan benar yang dipandu oleh dr.Spesialis Jantung dan tim pelaksana.

d. Sasaran Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan edukasi bantuan hidup dasar pada Masyarakat awam sasaran adalah:

1. Anggota komunitas rehab jantung
2. Anggota klub jantung sehat Indonesia
3. Dosen dan Mahasiswa
4. Masyarakat Banda Aceh dan sekitarnya
5. Total peserta yang hadir pada kegiatan tersebut sebanyak 100 orang.

e. Langkah-Langkah Bantuan Hidup Dasar

Merupakan tahapan umum pada saat tiba di suatu lokasi kejadian, baik pada kasus trauma ataupun kasus henti jantung, kenali dan pelajari segala situasi dan potensi bahaya yang ada. Sebelum melakukan pertolongan, pastikan keadaan aman bagi si penolong:

1. Amankan keadaan : perhatikan segala yang berpotensi menimbulkan bahaya sebelum menolong pasien, seperti lalu lintas kendaraan, jalur listrik, asap, cuaca ekstrim, atau emosi dari orang di sekitar lokasi kejadian.
2. Evaluasi ancaman bahaya : Bila tidak ada ancaman bahaya jangan memindahkan korban, misalnya api atau gas beracun. Jika penolong harus memindahkan korban, maka harus dilakukan secepat mungkin dan seaman mungkin dengan sumber daya yang tersedia.
3. Evaluasi penyebab, petunjuk yang mungkin menjadi pertanda penyebab terjadinya kegawatan dan bagaimana korban tidak sadarkan diri, misalnya terjatuh , tabrakan antar kendaraan. Gali informasi melalui saksi mata apa yang terjadi dan menggunakan informasi tersebut untuk menilai apa yang terjadi. Penolong juga harus memikirkan kemungkinan korban telah dipindahkan dari tempat kejadian, baik oleh orang di sekitar lokasi atau oleh si korban sendiri.
4. Evaluasi pula keadaan sekitar bilamana terdapat korban lain. Jangan sekali-kali berpikir hanya ada satu korban, oleh sebab itu sangat penting untuk segera mengamati keadaan sekitar kejadian.
5. Meminta pertolongan /bantuan ke orang sekitar tempat kejadian. Hal ini sangat penting karena akan sangat sulit menolong pasien seorang diri,

apabila ada lebih dari satu penolong maka akan lebih efektif menangani korban.

6. Evaluasi kesan pertama melihat pasien, Evaluasi gejala dan tanda yang mengindikasikan kedaruratan yang mengancam nyawa korban, seperti adanya sumbatan jalan nafas, perdarahan dan sebagainya.

f. Tehnik Pelaksanaan Bantuan Hidup Dasar (BHD) untuk Awam

1. Penilaian Dini: Jika menemukan seseorang tidak sadarkan diri, periksa dengan menggoyangkan bahu dan melihat apakah ada respons.
2. Cek Respon Korban dengan menggunakan teknik 3A:
 - Aman Diri: Pastikan bahwa Anda aman sebelum mendekati korban.
 - Aman Pasien: Pindahkan korban ke tempat yang lebih aman jika perlu.
 - Aman Lingkungan: Pastikan lingkungan sekitar juga aman untuk melakukan pertolongan.
3. Posisi Korban: Jika korban tidak responsif, posisikan terlentang di permukaan keras.
4. Segera minta bantuan dengan berteriak atau menelepon layanan darurat (misalnya 119).
5. Periksa Pernapasan korban dengan melihat gerakan dada dan mendengarkan suara napas , Jika korban tidak bernapas atau bernapas abnormal lakukan cek dengan membuka jalan napas menggunakan Head-tilt/chin-lift technique (Teknik tekan dahi/angkat dagu) dengan menekan dahi sambil menarik dagu hingga melewati posisi netral.
6. Berikan Nafas Buatan: Jika korban tidak bernapas, berikan dua nafas buatan secara perlahan sambil memperhatikan pengembangan dada.
7. Periksa Denyut Nadi: Raba denyut karotis selama 5–10 detik; jika tidak teraba, lakukan kompresi dada.
8. Kompresi Dada: Tempatkan tangan Anda di tengah dada korban dan lakukan kompresi dengan kedalaman sekitar 5-6 cm (2-2.4 inci) pada frekuensi 100-120 kali per menit sebanyak 30 kali . Pastikan ada waktu bagi dada untuk kembali ke posisi semula setelah setiap kompresi untuk memungkinkan aliran darah yang baik.

9. Siklus Pertolongan: Lanjutkan siklus pertolongan dengan perbandingan dua nafas buatan diikuti oleh 30 kompresi dada hingga bantuan medis tiba atau korban menunjukkan tanda-tanda kehidupan kembali
10. Jika tersedia, gunakan alat bantu seperti kantung napas buatan (bag mask) untuk memberikan ventilasi yang lebih efektif.



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan edukasi pengenalan henti jantung dan pelatihan bantuan hidup dasar untuk awam dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 25 September 2024 bertempat di ruang Auditorium RSUD dr Zainoel Abidin Banda Aceh. Kegiatan diawali dengan sambutan dari ketua PKRS RSUDZA, pemaparan materi oleh dokter Spesialis Jantung yang dilanjutkan dengan diskusi dan praktek pelaksanaan BHD untuk awam. Kegiatan berlangsung selama 240 menit dimulai jam 8.30 wib hingga jam 12.30 wib, hasil yang dicapai pada kegiatan edukasi bantuan hidup dasar untuk awam tersebut adalah:

- Peserta mengikuti pemaparan materi dan praktek BHD dengan antusias
- Peserta dapat memahami manfaat dan tehnik melakukan Bantuan Hidup Dasar untuk awam
- Peserta semangat memperagakan Bantuan Hidup Dasar untuk awam

b. Rencana Tindak Lanjut (RTL)

Rencana tindak lanjut pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi tentang henti jantung dan BHD kepada masyarakat awam yang berada di Banda Aceh dan sekitarnya mampu memahami dan berani memberikan bantuan hidup dasar sebagai pertolongan pertama pada korban yang mengalami henti jantung, henti nafas serta kedaruratan jantung .Dengan adanya bantuan segera dapat menyelamatkan nyawa seseorang dan mencegah kecacatan organ lebih jauh. diharapkan dengan edukasi bantuan hidup dasar untuk awam ini mampu meningkatkan percaya diri masyarakat dalam melakukan BHD kepada masyarakat yang mengalami henti nafas serta henti jantung.

c. Target Luaran Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Target luaran dari edukasi BHD untuk awam ini adalah terbentuknya masyarakat yang peduli lingkungan dan masyarakat yang paham tentang pentingnya bantuan hidup dasar awal yang dapat menyelamatkan nyawa seseorang. Peserta pada edukasi ini berlatar belakang pendidikan dan pekerjaan yang sangat bervariasi, sehingga diharapkan mereka dapat mengedukasikan keluarga dan lingkungannya akan pentingnya memberikan bantuan hidup dasar kepada orang yang membutuhkannya. Sehingga persentase masyarakat yang tertolong akibat terjadi henti jantung maupun henti nafas semakin banyak. Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi pengenalan henti jantung dan pelatihan bantuan hidup dasar untuk awam adalah publikasi jurnal Nasional terakreditasi.

4. SIMPULAN

Henti jantung merupakan salah satu penyebab kematian mendadak tersering terjadi pada seseorang yang telah terdiagnosa menderita penyakit jantung ataupun

tidak terdiagnosa. Bantuan Hidup Dasar merupakan serangkaian usaha awal untuk mengembalikan fungsi pernafasan dan atau sirkulasi pada seseorang yang mengalami henti nafas dan atau henti jantung (*cardiacarrest*). Henti jantung mendadak 95% terjadi diluar rumah sakit yang tersering terjadi di rumah atau ditempat kerja maupun diarena olahraga. Berdasarkan hal diatas sangatlah penting masyarakat memberikan bantuan hidup dasar awal untuk memberikan peluang bertahan hidup. Pada pelaksanaan kegiatan edukasi Pengenalan Henti Jantung dan Pelatihan Bantuan Hidup Dasar untuk awam secara keseluruhan berlangsung dengan baik dan tertib sehingga dapat disimpulkan bahwa:

- a. Perencanaan yang sesuai dengan preplanning dapat dilaksanakan dengan baik sehingga hasilnya sesuai dengan tujuan yg hendak dicapai
- b. Sebelum mengikuti edukasi seluruh peserta melakukan registrasi dan mengikuti arahan dan ketentuan dari panitia yang disampaikan oleh kepala PKRS RSUDZA Banda Aceh.
- c. Peserta edukasi dapat memahami tentang tanda tanda henti jantung dan mampu melakukan praktek bantuan hidup dasar untuk awam

5. SARAN

Adapun saran yang dapat disampaikan pada kegiatan ini adalah :

- a. Jalin kerjasama dengan pemerintah daerah, perangkat desa dan juga institusi pendidikan untuk edukasi kepada masyarakat tentang bantuan hidup dasar
- b. Perlu adanya pelatihan bantuan hidup dasar pada semua level Masyarakat
- c. Masyarakat dapat mengikuti seminar dan workshop yang berkelanjutan tentang bantuan hidup dasar

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur dan penghargaan, kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada bapak Direktur RSUD dr Zainoel Abidin , Kepala Unit Rehab Jantung , Dokter spesialis Jantung , Kepala PKRS RSUD dr Zainoel Abidin, Dekan Fakultas Vokasi Universitas Muhammadiyah Aceh serta semua pihak yang telah berperan aktif dalam memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

berupa edukasi tentang henti jantung dan pelatihan bantuan hidup dasar untuk awam. Kegiatan ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa dukungan dan kerjasama yang luar biasa dari semua pihak. Kerjasama tim yang solid menunjukkan betapa pentingnya kolaborasi dalam mencapai tujuan bersama. Kami percaya bahwa sinergi ini tidak hanya memperkuat hubungan antar unit, tetapi juga memberikan dampak positif bagi masyarakat yang kita layani. Setiap kontribusi, sekecil apapun, sangat berarti dalam menciptakan pengalaman yang bermanfaat bagi para peserta kegiatan pelatihan BHD. Kami berharap kerjasama ini dapat terus berlanjut di masa depan untuk kegiatan-kegiatan lainnya. Dengan semangat kebersamaan dan dedikasi tinggi, kita dapat mencapai lebih banyak lagi dalam memberikan pelayanan terbaik kepada masyarakat. Sekali lagi, terima kasih atas segala dukungan dan kerjasamanya. Semoga Allah SWT senantiasa memberkati setiap langkah kita dalam menjalankan tugas mulia ini.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. AHA Guideline Update for CPR and ECC. *Circulation* Vol. 132.2015.
- American Red Cross. *Basic Life Support for Healthcare Providers Handbook*.2015.
- Gray, H. H. (2007). *Lecture notes kardiologi*. Indonesia: Erlangga
- International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. *International First Aid and Resuscitation Guidelines*.2011.
- Pro Emergency. *Basic Trauma Life Support*. Cibinong:Pro Emergency.2011.
- Riskedas. Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.2013.
- WHO.<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs310/en/index4.html>