

Sosialisasi Penanganan Kegawatdarutan Tersedak pada Remaja

Refa Teja Muti^{1*}

¹Program Studi Keperawatan Anestesiologi, Program Sarjana Terapan
Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

***Corresponding Author:** refatejamuti@uhb.ac.id

Received : 15 Maret 2026; Revised : 17 Maret 2026; Accepted : 22 Maret 2026

ABSTRAK

Tersedak atau *choking* merupakan situasi darurat yang perlu segera ditangani, penundaan pada penanganan ini dapat berdampak terhadap kematian karena tersedak mengakibatkan penyumbatan yang dapat menghalangi pernafasan di paru-paru. Seseorang diharapkan dapat melakukan pertolongan pertama khususnya pada seseorang yang mengalami tersedak dikarenakan penanganan tersedak merupakan tindakan yang harus segera dilakukan. Tujuan program pengabdian ini untuk memberikan edukasi penanganan kegawatdarutan tersedak pada remaja di Desa Sambirata. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat yaitu dengan edukasi tentang pengetahuan dan keterampilan penanganan tersedak sebelum dan sesudah edukasi. Peserta pengabdian kepada masyarakat sebanyak 30 remaja. Alar ukur yang digunakan untuk evaluasi program pengabdian masyarakat menggunakan kuesioner pengetahuan dan keterampilan penanganan tersedak. Hasil evaluasi tingkat pengetahuan pretest dan posttest pelatihan penanganan kegawatdarutan tersedak di Desa Sambirata diperoleh hasil rata-rata skor pretest 7,3 dengan nilai minimal 5 dan nilai maksimal 9. Hasil post test mengalami peningkatan menjadi rata-rata 8,93 dengan skor minimal 7.

Kata Kunci: tersedak, sosialisasi, edukasi, penanganan tersedak, remaja

ABSTRACT

Choking is an emergency situation that requires immediate treatment. Delays in treatment can result in death because choking causes a blockage that can obstruct breathing in the lungs. Individuals are expected to be able to administer first aid, especially to someone experiencing choking, as treatment for choking requires immediate action. The purpose of this community service program is to provide education on choking emergency management for adolescents in Sambirata Village. The method used in this community service program was to educate adolescents about choking knowledge and skills before and after the training. Thirty adolescents participated in the community service program. The measurement tool used to evaluate the community service program was a choking knowledge and skills questionnaire. The results of the pre-test and post-test knowledge evaluation of the choking emergency management training in Sambirata Village yielded an average pre-test score of 7.3, with a minimum score of 5 and a maximum score of 9. The post-test score increased to an average score of 8.93, with a minimum score of 7.

Keywords: *choking, socialization, education, choking management, adolescents*

LATAR BELAKANG

Gawat darurat merupakan sebuah keadaan yang mengancam jiwa dan harus dilakukan tindakan segera untuk menghindari kecacatan hingga kematian (Ariyani & Rosidawati, 2020). Penyebab utama terjadinya kejadian gawat darurat adalah gangguan pada *airway, breathing, circulation* (ABC) (Ariyani & Rosidawati, 2020). Tersedak merupakan sebuah keadaan dimana benda asing seperti makanan dan mainan masuk kedalam saluran napas sehingga menyebabkan gagal napas (Ain, 2019). Bila kejadian tersedak tidak segera mendapatkan penanganan secepat mungkin dalam kurun waktu empat menit dapat menyebabkan kematian (Jainurakhma *et al.*, 2021).

Setiap orang seharusnya memiliki pengetahuan serta kemampuan untuk mengatasi kegawatdaruratan, sehingga penanganan kegawatdaruratan tidak perlu dilakukan oleh tim medis, karena kejadian gawatdarurat harus mendapatkan penanganan segera mungkin (Unit Pelayanan Ambulans Gawat Darurat Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2021). Tersedak mengakibatkan suplai oksigen ke otak berkurang signifikan dan korban akan berada pada kondisi gawat darurat bahkan menyebabkan kematian mendadak. Tanda umum tersedak yaitu ketidakmampuan berbicara, sulit bernapas, napas seperti tercekik, suara melengking saat mencoba bernapas, batuk, kulit, bibir, dan kuku menjadi biru, hingga hilang kesadaran (Anggeriyane *et al.*, 2022).

Data *National Safety Council* (2022), pada 2015 terdapat 5.051 orang yang meninggal karena tersedak, 2.848 di antaranya berusia di atas 74 tahun. Data Statista (2021), pada 2019 di *United States* sekitar 1,6 kematian yang disebabkan oleh tersedak atau per 100.000 penduduk. Menurut data *CE Safety* (2019), di *United Kindom* dari 2014 hingga 2017 total kematian yang disebabkan oleh tersedak mencapai total 1571 jiwa. Menurut *CE Safety* (2019), rata rata kematian akibat tersedak sebanyak 33 orang setiap bulannya, korban terbesar kematian akibat tersedak adalah 65 tahun ke atas yang menurut data setara dengan 72% dari seluruh kematian. Di Indonesia sendiri belum ada data statistik yang menunjukkan angka kematian yang disebabkan tersedak pertahunnya.

Kejadian tersedak ini sering tidak dikenali gejalanya oleh orang lingkungan sekitar korban, karena korban tidak bisa mengungkapkan kondisinya. Kondisi tersedak dapat dikenali setelah korban tiba di pelayanan kesehatan, dan tanda dan gejala yang muncul dapat dikenali oleh petugas kesehatan, akan tetapi pengetahuan

masyarakat yang ada disekitar korban belum bisa mengenal tanda dan gejala tersedak secara baik. Sehingga tindakan tidak diberikan dengan segera (Harigustian, 2020). Benda yang menyebabkan obstruksi jalan napas sangat bervariasi, seperti obat-obatan, makanan dan barang lainnya. Obstruksi jalan napas merupakan keadaan darurat yang bisa terjadi pada anak hingga lansia. Korban dengan tersedak dapat kehilangan kesadaran hingga menyebabkan kematian, maka perlu tindakan gawat darurat untuk dapat dilakukan pertolongan pertama pada korban tersedak (Sulistiyan & Ramdani, 2020).

Tanda dan gejala yang muncul adanya suara stridor. Ketidakmampuan untuk batuk, sesak dan sianosis penurunan suplai oksigen. Tanda dan gejala lanjutan yang dapat muncul adalah penurunan kemampuan untuk bernapas dan batuk, serta sianosis (Harigustian, 2020). Beberapa tanda seperti sesak napas, tidak ada suara atau suara serak, mengi, hingga tidak bernapas, sehingga harus segera dilakukan pertolongan pertama. Efek yang ditimbulkan dari tersedak antara lain dalam beberapa menit akan terjadi kekurangan oksigen secara general atau menyeluruh sehingga hanya dalam hitungan menit pasien akan kehilangan reflek napas, denyut jantung dan kematian secara permanen dari batang otak (Wulandari *et al.*, 2022).

Seorang remaja diharapkan dapat melakukan pertolongan pertama khususnya pada seseorang yang mengalami tersedak dikarenakan penanganan tersedak merupakan tindakan yang harus segera dilakukan. Usia remaja merupakan tahap dimana pertumbuhan dan perkembangan yang menempatkan remaja beresiko mengalami tersedak. Tersedak atau *choking* merupakan situasi darurat yang perlu segera ditangani, penundaan pada penanganan ini dapat berdampak terhadap kematian karena tersedak mengakibatkan penyumbatan yang dapat menghalangi pernafasan di paru-paru (Linda, 2023). Tujuan program pengabdian ini untuk memberikan edukasi penanganan kegawatdarutan tersedak pada remaja di Desa Sambirata.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat yaitu dengan edukasi tentang pengetahuan dan keterampilan penanganan tersedak sebelum dan sesudah edukasi. Peserta pengabdian kepada masyarakat sebanyak 30 remaja. Alur ukur yang digunakan untuk evaluasi program pengabdian masyarakat menggunakan kuesioner pengetahuan dan keterampilan penanganan tersedak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang sosialisasi dan edukasi penanganan kegawatdarutan tersedak pada remaja di Desa Sambirata. Data dihasilkan dari analisa dan alat ukur menggunakan lembar kuesioner untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan dan lembar observasi (*checklist*) untuk menilai keterampilan siswa dalam edukasi penanganan kegawatdarutan tersedak. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan april 2025 dan diikuti peserta sebanyak 30 peserta.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Tabel 1 Distribusi frekuensi pengetahuan peserta sebelum pengabdian kepada masyarakat.

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Baik	7	23,3	20	66,7
Cukup	16	53,3	10	33,3
Kurang	7	23,3	0	0

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan *pretest* dan *posttest* pelatihan penanganan kegawatdarutan tersedak pada remaja di SMK Kesatrian Purwokerto diperoleh hasil rata-rata skor *pretest* 7,3 dengan nilai minimal 5 dan nilai maksimal 9. Hasil *post test* mengalami peningkatan menjadi rata-rata 8,93 dengan skor minimal 7 dan skor maksimal 11. Ketika dilakukan *pre-test* pengetahuan siswa terkait penanganan tersedak dalam kategori cukup. Siswa dalam kategori cukup mengatakan untuk menangani tersedak mereka melakukan tepukan pada punggung

dan dada, tanpa memperhatikan posisi. Sedangkan untuk kategori kurang, mengatakan bahwa selama ini jika ada kejadian tersedak hanya didiamkan saja. Adanya sumbatan benda asing di saluran napas ketika tersedak dapat menyebabkan terjadinya kerusakan pada jaringan otak dan henti jantung apabila tidak segera dilakukan pertolongan (Amila *et al.*, 2023).

Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan peserta mengalami peningkatan sesudah diberikan edukasi melalui media video, leaflet dan *power point*. Hal ini dikarenakan penggunaan media video dalam penelitian selain dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak disertai suara yang menarik, dapat juga menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep konsep yang rumit, dan bisa mempengaruhi responden. Media video juga menampilkan materi secara ringkas, jelas, dan mudah dipahami sehingga dapat mempermudah pemahaman dan memperkuat ingatan dari peserta.

Pertolongan pertama yang dapat dilakukan untuk mengeluarkan benda asing yang menyumbat adalah dengan tindakan *back blow*, *heimlich maneuver*, *chest thrust*. Prinsip melakukan tindakan *heimlich maneuver* adalah dengan memberikan tekanan pada paru. Tekanan ini dilakukan ke dalam dan ke atas rongga perut, sehingga diafragma terdorong ke atas. Tenaga dorongan ini akan mendesak udara dalam paru ke luar. *Heimlich maneuver* ini dapat dilakukan pada orang dewasa dan juga pada anak (Maisyaroh, Widiyanto *et al.*, 2022). Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi ini diharapkan mampu memberikan pemahaman siswa dalam penanganan pertama kasus tersedak. Penyuluhan dan pelatihan merupakan upaya yang penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat umum khususnya melalui suatu pendekatan pengajaran yang melibatkan aktivitas mendengar dan meniru (Amila *et al.*, 2023).

Materi edukasi berupa presentasi dan demonstrasi tentang pertolongan pertama tersedak (*choking*) dengan teknik *back blow*, *heimlich maneuver*, *chest thrust*. Setelah sesi edukasi selesai, diadakan sesi dikusi dan tanya jawab dengan tujuan menambah pengetahuan siswa apabila belum paham terkait materi yang dijelaskan, selanjutnya siswa mencoba mempraktekkan secara langsung dan bergantian dengan temannya mengenai penanganan kegawatdaruratan tersedak dengan menggunakan 3 teknik yaitu *back blow*, *heimlich maneuver*, *chest thrust*. Selanjutnya diadakan pengukuran post-test terkait materi yang telah disampaikan.

Sebagai penutup kegiatan dilakukan foto bersama antara tim pengabdian masyarakat dan siswa. Pembuatan *leaflet* yang dibagikan kepada setiap siswa yang hadir juga diharapkan dapat menjadi panduan dalam pelaksanaan teknik *back blow*, *heimlich maneuver*, *chest trusth* secara mandiri. Dari hasil penyuluhan dan demonstrasi penanganan tersedak dengan teknik *back blow*, *heimlich maneuver*, *chest trusth*, siswa sangat antusias dalam bertanya, menyatakan pendapat, ataupun mempraktikkan ulang. Pemberian pendidikan kesehatan tentang pertolongan pertama tersedak dengan teknik *back blow*, *heimlich maneuver*, *chest trusth* membuktikan bahwa pengetahuan mengalami peningkatan.

Menurut Nirwana et al. (2022) edukasi media leaflet memudahkan responden dalam memahami materi yang diberikan. Media memiliki peranan penting dalam memperkuat kinerja dan menyediakan gambaran nyata dan pengalaman yang baik (Yuliandra & Fahrizqi, 2019). Edukasi dengan pendekatan simulasi dengan menggunakan video edukasi dapat meningkatkan pemahaman peserta tentang cara menolong korban tersedak dengan pelaksanaan yang cepat dan tepat (Vela et al., 2023).

Video edukasi terbukti dapat digunakan sebagai sarana promosi dan edukasi yang komprehensif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku kesehatan (Aisah et al., 2021). Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik, karena meliputi kedua jenis media auditif (mendengar) dan visual (melihat) yang berarti bahan atau alat yang dipergunakan dalam situasi belajar untuk membantu tulisan dan kata yang diucapkan dalam menularkan pengetahuan, sikap, dan ide (Anggraini et al., 2020).

Penggunaan media video dalam menyampaikan informasi mempengaruhi hasil penelitian edukasi penarapan protokol kesehatan ke arah yang positif dikarenakan penyampaian edukasi menjadi lebih variatif, menarik, dan menyenangkan sehingga peran media video dalam menyampaikan informasi dengan menarik. Kelebihan lain media video ini adalah pesan yang disampaikan mudah dimengerti dan dipahami serta akan berpengaruh nyata terhadap hasil belajar baik pada ranah kognitif, efektif maupun psikomotorik (Gejir, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu & Anggeriyane, 2022) didapatkan hasil bahwa menerima Pendidikan Kesehatan sangat meningkatkan pengetahuan.

Proses memahami dapat terjadi setelah adanya penjelasan atau pembelajaran tentang materi yang disampaikan. Adanya pendidikan kesehatan yang diberikan

merupakan suatu proses perubahan untuk mengubah individu, kelompok, dan masyarakat menuju hal-hal yang positif secara terencana melalui proses belajar. Perubahan dapat meliputi pengetahuan, sikap, dan keterampilan (Wijaya *et al.*, 2023). Berdasarkan (Suartini & Supardi, 2020) bahwa Pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode demonstrasi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan. Dengan menggunakan metode demonstrasi, peserta dapat langsung melihat langkah-langkah yang harus dilakukan dalam situasi tersedak. Hal ini membantu peserta untuk dapat lebih memahami teori, serta memberikan kesempatan untuk praktik langsung, sehingga meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam menerapkan prosedur penanganan tersedak pada situasi nyata.

Adapun faktor pendukung terlaksananya kegiatan PkM yaitu mendapat dukungan dari kepala Desa Sambirata, kemudian besarnya minat dan antusias peserta selama kegiatan, sehingga kegiatan berjalan dengan lancar dan efektif. Sedangkan, keterbatasan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam pelatihan penanganan kegawatdaruratan tersedak yaitu keterbatasan peserta yang hadir pada saat pelaksanaan, dimana rencana awal peserta berjumlah 41 orang, akan tetapi yang dapat hadir dan mengikuti kegiatan berjumlah 30 orang peserta.

SIMPULAN DAN SARAN

Tingkat pengetahuan peserta *pretest* dan *posttest* pelatihan penanganan kegawatdaruratan tersedak pada remaja di SMK Kesatrian Purwokerto diperoleh hasil rata-rata skor *pretest* 7,3 dengan nilai minimal 5 dan nilai maksimal 9. Hasil *post test* mengalami peningkatan menjadi rata-rata 8,93 dengan skor minimal 7 dan skor maksimal 11. Penanganan kegawatdaruratan tersedak di masyarakat perlu sejak dini diberikan, khususnya kepada remaja sehingga risiko kematian dapat ditekan dengan pertolongan pertama yang tepat dan cepat di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ain, H. (2019). *Penanganan Sumbatan Benda Asing pada Anak Berbasis Critical Care Caring*. Jakarta: Media Sahabat Cendekia.
- Amila, Sembiring, E., & Sipayung, N. P. (2023). Edukasi Kesehatan dan Pertolongan Pertama Choking (Tersedak) Pada Siswa SMA Swasta Medan. *Komunita: Jurnal*

- Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 153–159.
<https://doi.org/10.60004/komunita.v2i2.67>
- Anggeriyane, E., Rahayu, S. F., & Suwandewi, A. (2022). *Buku Praktikum Pengkajian Khusus Lansia*. Penerbit NEM.
- Ariyani, H., & Rosidawati, I. (2020). Literature Review: Penggunaan Triase Emergency Severity Index (Esi) Di Instalasi Gawat Darurat (Igd). *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 20(2), 143. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v20i2.606>
- Harigustian, Y. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Tersedak Pada Ibu Yang Memiliki Balita di Perumahan Graha Sedayu Sejahtera. *Jurnal Keperawatan*, 12(3), 162–169.
- Jainurakhma, J., Hariyanto, S., Mataputun, D. R., Silalahi, L. E., Koerniawan, D., Rahayu, C. E., & Umara, A. F. (2021). *Asuhan Keperawatan Gawat Darurat*. Yayasan Kita Menulis.
- Purnamasari, V. (2023). Pengenalan dan Simulasi Pertolongan Pada Korban Tersedak Dengan Metode Five To Five Pada Siswa Smk Palapa Pare Kediri. *Wasathon: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Vol 01 No 04 Oktober 2023.
- Pratiwi, W. T. U., Kanita, M. W., & Utami, R. D. P. (2023). *Pengaruh metode Role Playing Self Efficacy Ibu Dalam Pertolongan Pertama Tersedak Di Posyandu Dusun Taring Jawa Tengah*. Tesis, Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Reid, A., Hinton-Bayre, A., Vijayasekaran, S., & Herbert, H. (2020). Ten years of paediatric airway foreign bodies in Western Australia. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 129, 109760.
- Sulistiyani & Ramdani. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Booklet tentang Penanganan Tersedak pada Anak terhadap Tingkat Pengetahuan Kader Posyandu di Desa Karang Sari. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 4(1), 11–25.
- Suparti, S., & Amelia, V. L. (2019). Ibm Penanganan Kegawatdaruratan Tersedak Pada Anak Bagi Kader Aisyiyah Desa Pamijen. *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP*, 1, 167–170.
- Wulandari, N. A., Fanani, Z., & Prayogi, B. (2022). *Buku Ajar Pertolongan Pertama Pada Anak Sakit*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).