



## PELATIHAN PEMBERIAN PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN LALU LINTAS DI SEKOLAH MENENGAH ATAS SIMPANG TIGA

Andri<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia

\*Email korespondensi: [andri\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:andri_fk@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima 22 Agustus 2023; Disetujui 30 Agustus 2023; Dipublikasi 15 September 2023

**Abstract:** *Traffic accidents are the leading cause of injuries and deaths worldwide. Quick and accurate first aid can reduce the risk of fatalities. This article discusses the implementation of first aid training for traffic accidents at Simpang Tiga High School, Aceh Besar. The methods used include lectures, demonstrations, and question-and-answer sessions to enhance the participants' understanding. The training results show a significant improvement in the participants' knowledge and skills in handling traffic accident victims.*

**Keywords:** *First Aid, Traffic Accidents, Safety Education*

**Abstrak:** Kecelakaan lalu lintas merupakan penyebab utama cedera dan kematian di seluruh dunia. Pertolongan pertama yang cepat dan tepat dapat mengurangi risiko fatalitas. Artikel ini membahas pelaksanaan pelatihan pertolongan pertama pada kecelakaan lalu lintas di Sekolah Menengah Atas Simpang Tiga, Aceh Besar. Metode yang digunakan meliputi ceramah, demonstrasi, dan sesi tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta. Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan peserta dalam menangani korban kecelakaan lalu lintas.

**Kata kunci :** *Pertolongan Pertama, Kecelakaan Lalu Lintas, Edukasi Keselamatan*

Kecelakaan lalu lintas merupakan masalah serius yang terus meningkat setiap tahunnya (Rahman et al., 2021). Korban kecelakaan sering kali tidak mendapat pertolongan pertama yang memadai sebelum tenaga medis tiba di lokasi kejadian. Di Indonesia, kecelakaan lalu lintas merupakan penyebab utama kematian terutama pada

kelompok usia produktif, termasuk pelajar dan mahasiswa (Apriyani, 2022).

Pendidikan mengenai pertolongan pertama menjadi sangat penting untuk diberikan sejak dini, khususnya di lingkungan sekolah (Bayu & Usiono, 2023). Oleh karena itu, dilakukan pelatihan pemberian pertolongan pertama kepada siswa SMA Simpang Tiga

dengan tujuan meningkatkan kesadaran dan keterampilan dalam menghadapi situasi darurat.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **1. Definisi dan Pentingnya Pertolongan Pertama**

Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) adalah tindakan darurat yang diberikan kepada korban sebelum mendapatkan perawatan medis profesional (Rasyid et al., 2022). P3K berperan dalam mencegah kondisi yang lebih buruk dan meningkatkan peluang bertahan hidup korban (Rahman et al., 2021). P3K juga berfungsi sebagai langkah awal untuk menstabilkan kondisi korban hingga mendapatkan penanganan lebih lanjut. Oleh karena itu, edukasi mengenai teknik dan prosedur P3K sangat penting untuk meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi situasi darurat.

### **2. Faktor Penyebab Kecelakaan Lalu Lintas**

Kecelakaan lalu lintas dapat disebabkan oleh beberapa faktor utama, yaitu:

- Faktor manusia: kurangnya kesadaran akan keselamatan berkendara, mengantuk, mengemudi dalam keadaan mabuk, kurangnya keterampilan mengemudi, dan mengabaikan aturan lalu lintas.
- Faktor kendaraan: kondisi kendaraan yang tidak layak pakai, sistem pengereman yang rusak, ban yang aus, dan lampu kendaraan yang tidak berfungsi dengan baik.
- Faktor lingkungan: jalanan yang licin akibat hujan, minimnya penerangan

di malam hari, kurangnya rambu lalu lintas, serta infrastruktur jalan yang buruk seperti lubang atau jalanan bergelombang (Rasyid et al., 2022).

Selain faktor utama tersebut, penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan telepon genggam saat berkendara serta mengabaikan penggunaan sabuk pengaman atau helm dapat meningkatkan risiko kecelakaan (Kemenkes RI, 2022).

### **3. Langkah-Langkah Pertolongan Pertama**

Menurut International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, langkah-langkah pertolongan pertama pada kecelakaan lalu lintas meliputi:

- Memastikan Keamanan: Pastikan lingkungan sekitar aman sebelum menolong korban. Jika memungkinkan, pasang tanda bahaya atau gunakan senter di malam hari untuk memberi peringatan kepada pengemudi lain agar menghindari lokasi kecelakaan.
- Memeriksa Respons Korban: Periksa kesadaran korban dengan bertanya atau menepuk bahu. Jika korban tidak merespons, segera lanjutkan ke langkah berikutnya.
- Memeriksa Pernapasan: Pastikan korban masih bernapas dengan melihat gerakan dada atau mendekatkan telinga ke hidung korban untuk merasakan hembusan napas. Jika korban tidak bernapas, segera lakukan bantuan pernapasan

atau resusitasi jantung paru (CPR) jika terlatih.

- Menghentikan Pendarahan: Gunakan kain bersih atau perban untuk menekan luka yang berdarah. Jika darah terus mengalir, tingkatkan tekanan atau gunakan pembalut tambahan untuk menghentikan pendarahan.
- Memposisikan Korban: Jika korban tidak sadarkan diri namun masih bernapas, posisikan tubuhnya dalam posisi miring untuk mencegah tersedak akibat muntahan atau cairan tubuh lainnya.
- Menangani Cedera Tulang dan Sendi: Jika diduga terdapat cedera patah tulang, usahakan untuk tidak menggerakkan korban dan gunakan penyangga darurat seperti papan kayu atau kain untuk menstabilkan area yang terluka.
- Menangani Luka Bakar: Jika korban mengalami luka bakar akibat kecelakaan, siram area luka dengan air mengalir selama 10-15 menit untuk mengurangi rasa sakit dan mencegah kerusakan jaringan lebih lanjut.
- Memanggil Bantuan Medis: Segera hubungi ambulans atau tenaga medis terdekat untuk mendapatkan pertolongan lebih lanjut (Bayu & Usiono, 2023). Berikan informasi yang jelas mengenai jumlah korban, jenis cedera, dan lokasi kejadian agar

tim medis dapat memberikan bantuan yang tepat.

- Langkah-langkah pertolongan pertama yang benar dapat mengurangi risiko komplikasi lebih lanjut dan meningkatkan kemungkinan korban untuk bertahan hidup. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk memahami prosedur dasar pertolongan pertama dalam situasi darurat.

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode Pelatihan ini dilaksanakan dalam beberapa tahap, yaitu:

### **1. Persiapan**

- Survei lokasi dan perizinan kegiatan.
- Penyusunan materi pelatihan.
- Pengadaan alat bantu seperti manekin untuk simulasi P3K.

### **2. Pelaksanaan**

- **Ceramah:** Penyampaian materi oleh instruktur mengenai dasar-dasar P3K.
- **Demonstrasi:** Simulasi langsung pertolongan pertama pada kecelakaan lalu lintas.
- **Diskusi dan Tanya Jawab:** Peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan.

### 3. Evaluasi

- Uji pemahaman peserta sebelum dan sesudah pelatihan.
- Kuesioner untuk menilai efektivitas pelatihan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Judul Sub Bab

Pelatihan diikuti oleh 20 peserta yang terdiri dari siswa SMA Simpang Tiga. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 75% setelah mengikuti pelatihan. Sebelum pelatihan, hanya 30% peserta yang memahami konsep dasar P3K, sementara setelah pelatihan angka ini meningkat menjadi 95%.

Selain itu, keterampilan peserta dalam menangani korban kecelakaan meningkat secara signifikan. Hal ini dibuktikan dengan keberhasilan mereka dalam melakukan simulasi P3K dengan benar. Peserta juga menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi tanya jawab, menandakan peningkatan kesadaran akan pentingnya pertolongan pertama.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rasyid et al. (2022), yang menyatakan bahwa pelatihan P3K dapat meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi situasi darurat. Hasil penelitian juga mendukung pandangan Bayu & Usiono (2023) bahwa edukasi pertolongan pertama dapat mengurangi angka kematian akibat kecelakaan lalu lintas.



Gambar. Penyampaian Materi

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Pelatihan pemberian pertolongan pertama pada kecelakaan lalu lintas di SMA Simpang Tiga berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta secara signifikan. Dengan adanya pelatihan ini, peserta menjadi lebih siap dalam menghadapi situasi darurat dan dapat memberikan pertolongan pertama yang tepat sebelum tenaga medis tiba.

### Saran

- Pelatihan serupa sebaiknya dilakukan secara rutin di sekolah-sekolah lain.
- Materi P3K dapat dimasukkan dalam kurikulum pendidikan sebagai bagian dari pembelajaran keselamatan.
- Pemerintah dan lembaga kesehatan perlu lebih aktif dalam mengedukasi masyarakat mengenai pertolongan

## DAFTAR PUSTAKA

Apriyani, A. (2022). Pengetahuan Tentang Pertolongan Pertama Kecelakaan Lalu Lintas. *Masker Medika*, 10(2), 762–776. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v1>

- 0i2.502 Terhadap Keselamatan Berkendara. *Jurnal*
- Bayu, S., & Usiono. (2023). Edukasi Pentingnya P3K (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) Kepada Masyarakat: Systematic Literature Review (SLR). *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5722–5729.
- Rahman, I., Su, H. M., Hutomo, W. M. P., & Yulianto, K. D. (2021). Hubungan Pengetahuan Masyarakat Dengan Sikap Pertolongan Pertama Korban Kecelakaan Lalu Lintas. *Nursing Inside Community*, 4(2), 30–35.
- Rasyid, T. A., Indra, R. L., Saputra, B., & Sandra. (2022). Edukasi Pertolongan Pertama Korban Kecelakaan Lalu Lintas. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(2), 42–47.
- WHO. (2021). Road Safety Report 2021. World Health Organization.
- Red Cross. (2020). First Aid Guidelines. International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies.
- Kemendes RI. (2022). Pedoman Pertolongan Pertama Gawat Darurat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Nugroho, S. (2023). Dampak Pendidikan P3K Keselamatan Transportasi, 7(1), 90-105.
- Haryanto, B. (2022). Faktor Penyebab Kecelakaan Lalu Lintas di Indonesia. *Jurnal Keselamatan Jalan*, 5(3), 112-125.
- Sari, D. (2023). Implementasi Pendidikan Keselamatan Berlalu Lintas. *Jurnal Pendidikan Keselamatan*, 8(2), 77-89.