



PENGUATAN KETERAMPILAN RESPON KEGAWATDARURATAN MELALUI SIMULASI P3K BAGI ANGGOTA BARU PMR MTS AL-KHAIRAT DALAM MENDUKUNG PROGRAM TRIAS UKS

Muthmainnah^{1*}, Ayudhita Cahyani Daud², Andi Mursyidah³, Suardi⁴, Mesalina Sukardi Massa⁵

^{1,2,3,4,5}Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Info Artikel	Abstrak
<p>Sejarah Artikel: Submitted : 30 Mei 2026 Revisi: 10 Juni 2026 Diterima : 20 Juni 2026 Diterbitkan: 30 Juni 2025</p> <p>Kata kunci: Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan; Simulasi; Kegawatdaruratan; PMR; Trias UKS;</p>	<p>Kondisi kegawatdaruratan seperti pingsan, luka dan perdarahan, mimisan, tersedak, serta cedera ringan sering terjadi di lingkungan sekolah dan memerlukan penanganan awal yang cepat dan tepat untuk mencegah terjadinya komplikasi. Namun, anggota baru Palang Merah Remaja (PMR) umumnya masih memiliki keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan pertolongan pertama. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesiapsiagaan, dan keterampilan respon kegawatdaruratan anggota baru PMR MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo melalui simulasi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K). Metode yang digunakan berupa kegiatan edukasi, demonstrasi, dan simulasi yang dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2026 di Aula MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo. Peserta kegiatan berjumlah 25 siswa anggota baru PMR dari target 26 peserta. Materi yang diberikan meliputi pengertian dan tujuan P3K, penanganan pingsan, luka dan perdarahan, cedera ringan, mimisan, serta tersedak. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengikuti kegiatan dengan antusias dan aktif dalam sesi diskusi maupun praktik. Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi, sebagian besar peserta mampu menjelaskan serta mempraktikkan tindakan pertolongan pertama pada berbagai kondisi kegawatdaruratan sederhana dengan baik. Kegiatan simulasi P3K terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kesiapsiagaan, dan keterampilan peserta. Dengan demikian, simulasi P3K dapat menjadi metode pembelajaran yang efektif dalam memperkuat kemampuan respon kegawatdaruratan anggota PMR serta mendukung pelaksanaan program Trias UKS di lingkungan sekolah.</p>
Article Info	Abstract
<p>Article History: Submitted :30 May 2026 Revised: 10 June 2026</p>	<p><i>Emergency conditions such as fainting, wounds and bleeding, nosebleeds, choking, and minor injuries frequently occur in school</i></p>



Accepted : 20 June 2026

Published: 30 June 2026

Keywords: simulation,
emergency response,
Youth Red Cross (PMR),
School Health Program
Triad (Trias UKS).

settings and require prompt and appropriate initial management to prevent complications. However, new members of the Youth Red Cross (Palang Merah Remaja/PMR) generally have limited knowledge and skills in providing first aid. This activity aimed to improve the knowledge, preparedness, and emergency response skills of new PMR members at MTs Al-Khairaat Gorontalo City through First Aid (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan/P3K) simulation training. The program employed educational sessions, demonstrations, and simulation-based learning conducted on May 13, 2026, at the MTs Al-Khairaat Gorontalo City Hall. A total of 25 new PMR members participated in the activity, out of the targeted 26 participants. The training materials covered the definition and objectives of first aid, as well as the management of fainting, wounds and bleeding, minor injuries, nosebleeds, and choking incidents. The results showed that participants were highly enthusiastic and actively engaged in both discussion and practical sessions. Based on observations and evaluations, most participants were able to explain and correctly perform first-aid procedures for various common emergency situations. The first-aid simulation program demonstrated a positive impact on improving participants' knowledge, preparedness, and emergency response skills. Therefore, first-aid simulation can serve as an effective learning method for strengthening the emergency response capacity of PMR members while supporting the implementation of the School Health Program Triad (Trias UKS) within the school environment.

✉Alamat Corespondensi : muthmainnah

E-mail : muthmainnah@ung.ac.id

PENDAHULUAN

Kondisi kegawatdaruratan dapat terjadi kapan saja di lingkungan sekolah, seperti pingsan (sinkop), luka dan perdarahan, mimisan, tersedak, maupun cedera ringan. Kondisi tersebut memerlukan penanganan awal yang cepat dan tepat untuk mencegah terjadinya komplikasi sebelum korban memperoleh bantuan medis lanjutan. Oleh karena itu, pengetahuan dan keterampilan pertolongan pertama perlu dimiliki oleh peserta didik sebagai upaya meningkatkan kesiapsiagaan dalam menghadapi situasi darurat di lingkungan sekolah¹.

Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) merupakan tindakan awal yang diberikan kepada seseorang yang mengalami cedera atau gangguan kesehatan mendadak sebelum mendapatkan penanganan lebih lanjut dari tenaga kesehatan. Pemberian pertolongan pertama yang tepat dapat membantu mempertahankan kondisi korban, mencegah perburukan keadaan, serta meningkatkan peluang pemulihan. Oleh karena itu, kemampuan melakukan P3K menjadi salah satu keterampilan penting yang perlu dimiliki oleh peserta didik, khususnya dalam menghadapi kejadian kegawatdaruratan sederhana².

Palang Merah Remaja (PMR) merupakan wadah pembinaan remaja yang berperan dalam mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap kepalangmerahan, termasuk kemampuan memberikan pertolongan pertama. Peran tersebut sejalan dengan pelaksanaan program Trias UKS yang meliputi pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah sehat. Namun demikian, anggota baru PMR umumnya masih memiliki pengalaman dan keterampilan yang terbatas dalam melakukan tindakan pertolongan pertama sehingga diperlukan kegiatan pembinaan yang dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan³.

Berdasarkan kondisi tersebut, dilaksanakan kegiatan penguatan keterampilan respon kegawatdaruratan melalui simulasi P3K bagi anggota baru PMR MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesiapsiagaan, dan keterampilan peserta dalam memberikan pertolongan pertama pada kondisi darurat sederhana serta mendukung pelaksanaan program Trias UKS di lingkungan sekolah.

METODE

Kegiatan penguatan keterampilan respon kegawatdaruratan melalui simulasi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dilaksanakan di Aula MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo. Sasaran kegiatan adalah siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang tergabung sebagai anggota baru Palang Merah Remaja (PMR) serta pembina Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), dengan jumlah target peserta sebanyak 26 orang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesiapsiagaan, dan keterampilan peserta dalam

memberikan pertolongan pertama pada kondisi kegawatdaruratan sederhana yang dapat terjadi di lingkungan sekolah.

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendekatan edukasi, demonstrasi, dan simulasi. Edukasi diberikan dalam bentuk penyuluhan mengenai konsep dasar Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K), meliputi pengertian dan tujuan P3K, penanganan pingsan (sinkop), luka dan perdarahan, cedera ringan, mimisan, serta tersedak. Setelah penyampaian materi, peserta diberikan demonstrasi mengenai langkah-langkah pertolongan pertama yang benar pada setiap kondisi kegawatdaruratan. Selanjutnya, peserta mengikuti kegiatan simulasi untuk mempraktikkan secara langsung tindakan pertolongan pertama sesuai dengan materi yang telah diberikan.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, penyuluhan atau penyampaian materi, demonstrasi, simulasi, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi, serta penyiapan sarana dan prasarana kegiatan. Tahap penyuluhan dilakukan untuk memberikan pemahaman teoritis mengenai P3K, kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi dan simulasi sebagai bentuk pembelajaran praktik. Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi dan kemampuan peserta dalam memahami serta mempraktikkan tindakan pertolongan pertama yang telah diajarkan selama kegiatan berlangsung. Dengan metode tersebut, diharapkan peserta mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menghadapi situasi kegawatdaruratan di lingkungan sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan penguatan keterampilan respon kegawatdaruratan melalui simulasi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2026 di Aula MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo. Kegiatan ini diikuti oleh 25 siswa anggota baru Palang Merah Remaja (PMR) dari target 26 peserta yang telah ditetapkan. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan mendapatkan dukungan dari pihak sekolah serta pembina UKS.

Selama kegiatan berlangsung, peserta mengikuti sesi edukasi mengenai pertolongan pertama pada kondisi sinkop (pingsan), luka dan perdarahan, mimisan, cedera ringan, serta tersedak. Peserta menunjukkan antusiasme yang baik selama proses pembelajaran yang ditandai dengan keaktifan dalam sesi tanya jawab, diskusi, serta keterlibatan pada kegiatan demonstrasi dan simulasi yang diberikan. Selain itu, peserta juga mampu mengikuti setiap tahapan praktik pertolongan pertama yang dilakukan selama kegiatan berlangsung.

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi kegiatan, sebagian besar peserta telah mampu menjelaskan penyebab serta langkah pertolongan pertama pada kondisi sinkop, luka dan perdarahan, mimisan, dan tersedak.

Peserta juga menunjukkan peningkatan kepercayaan diri ketika diminta mempraktikkan kembali tindakan pertolongan pertama yang telah diajarkan. Secara umum, kegiatan simulasi P3K memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kesiapsiagaan, dan keterampilan respon kegawatdaruratan anggota PMR di lingkungan sekolah.



Gambar 1.



Gambar 2.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa simulasi P3K merupakan metode pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai tindakan pertolongan pertama. Melalui simulasi, peserta memperoleh kesempatan untuk mengamati sekaligus mempraktikkan secara langsung prosedur pertolongan pertama pada berbagai kondisi kegawatdaruratan. Pengalaman belajar yang melibatkan praktik secara langsung membantu peserta memahami materi dengan lebih baik dibandingkan hanya melalui penyampaian teori. Temuan ini sejalan dengan penelitian Umaroh dkk. (2025) yang menyatakan bahwa simulasi P3K mampu meningkatkan keterampilan peserta didik dalam memberikan pertolongan pertama pada kondisi darurat. Hasil tersebut juga didukung oleh IFRC (2022) yang menyatakan bahwa pelatihan pertolongan pertama berbasis simulasi efektif dalam meningkatkan keterampilan praktis, kepercayaan diri, dan kesiapsiagaan peserta dalam menghadapi situasi kegawatdaruratan.

Peningkatan pengetahuan peserta terlihat dari kemampuan mereka

dalam menjelaskan penyebab dan langkah pertolongan pertama pada berbagai kondisi kegawatdaruratan sederhana. Keaktifan peserta selama kegiatan juga menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang digunakan mampu mendorong keterlibatan peserta dalam proses belajar. Hasil ini sejalan dengan penelitian Laili dkk. (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dipadukan dengan praktik langsung dapat meningkatkan pemahaman dan kesiapsiagaan siswa dalam menghadapi situasi darurat di lingkungan sekolah.¹ WHO (2022) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan berbasis sekolah berperan penting dalam meningkatkan literasi kesehatan, kemampuan pengambilan keputusan, serta kesiapsiagaan peserta didik dalam menghadapi berbagai masalah kesehatan dan keselamatan di lingkungan sekolah.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan simulasi juga berkontribusi terhadap penguatan keterampilan respon kegawatdaruratan anggota PMR. Kemampuan peserta dalam mempraktikkan kembali tindakan pertolongan pertama menunjukkan bahwa proses pembelajaran tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga keterampilan praktis yang diperlukan saat menghadapi kejadian darurat. Keterampilan tersebut penting dimiliki oleh anggota PMR karena mereka berperan sebagai kader kesehatan sekolah yang dapat memberikan bantuan awal sebelum korban memperoleh penanganan lebih lanjut. Temuan ini sejalan dengan penelitian mengenai penguatan keterampilan P3K dan Bantuan Hidup Dasar yang menunjukkan bahwa pelatihan berbasis praktik efektif dalam meningkatkan kemampuan pertolongan pertama peserta. Selain itu, American Academy of Pediatrics (2023) menegaskan bahwa pelatihan keterampilan kesehatan dan pertolongan pertama yang diberikan kepada siswa mampu meningkatkan kesiapan mereka dalam merespons kejadian darurat secara tepat dan aman.¹¹

Kegiatan simulasi P3K yang dilaksanakan juga mendukung implementasi program Trias UKS, khususnya pada aspek pendidikan kesehatan dan pelayanan kesehatan. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai kesehatan dan keselamatan, sedangkan keterampilan pertolongan pertama yang diperoleh dapat mendukung pelayanan kesehatan sederhana di lingkungan sekolah. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan respon kegawatdaruratan anggota PMR, tetapi juga berkontribusi dalam mendukung pelaksanaan program Trias UKS di MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo.³ Temuan ini sejalan dengan Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS/M Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) yang menekankan pentingnya pemberdayaan peserta didik sebagai kader kesehatan sekolah dalam mendukung pelayanan kesehatan dasar dan promosi kesehatan di lingkungan sekolah. WHO (2022) juga menyatakan bahwa sekolah yang menerapkan pendekatan Health Promoting School memiliki kapasitas yang lebih baik dalam menciptakan lingkungan yang sehat, aman, dan mendukung kesejahteraan peserta didik.

Keberhasilan kegiatan ini juga dipengaruhi oleh penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi, yaitu edukasi melalui ceramah interaktif, demonstrasi, dan simulasi praktik langsung. Kombinasi metode tersebut memungkinkan peserta tidak hanya memperoleh pemahaman secara teoritis, tetapi juga pengalaman praktik yang membantu meningkatkan kepercayaan diri dalam melakukan tindakan pertolongan pertama. Selain itu, penggunaan media pembelajaran seperti PowerPoint, video edukasi, leaflet, serta alat peraga P3K membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah dan menarik sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif. UNICEF (2022) menjelaskan bahwa metode pembelajaran partisipatif dan berbasis pengalaman mampu meningkatkan keterlibatan siswa, rasa percaya diri, serta kemampuan dalam menghadapi situasi yang berkaitan dengan kesehatan dan keselamatan. UNESCO (2023) juga melaporkan bahwa program kesehatan sekolah yang mengintegrasikan edukasi dan pengembangan keterampilan memberikan dampak positif terhadap kesiapsiagaan siswa dalam menghadapi berbagai risiko kesehatan.¹

Antusiasme peserta selama kegiatan turut menjadi faktor pendukung keberhasilan program. Hal ini terlihat dari keaktifan peserta dalam sesi tanya jawab, diskusi, serta keterlibatan langsung pada saat demonstrasi dan simulasi. Partisipasi aktif tersebut menunjukkan tingginya minat peserta terhadap materi yang diberikan dan mendukung proses pembelajaran yang lebih interaktif. Kondisi ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa keterlibatan aktif peserta dalam pembelajaran berbasis praktik dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam melakukan pertolongan pertama. IFRC (2022) menyebutkan bahwa remaja yang terlibat aktif dalam kegiatan kesehatan memiliki potensi menjadi agen perubahan yang mampu memengaruhi perilaku sehat teman sebaya dan lingkungan sekolah secara positif.¹²

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat beberapa kendala selama pelaksanaan, antara lain keterbatasan waktu yang menyebabkan praktik belum dapat dilakukan secara lebih mendalam kepada seluruh peserta. Selain itu, perbedaan tingkat pemahaman peserta mengharuskan fasilitator memberikan pendampingan tambahan kepada beberapa siswa. Namun demikian, kendala tersebut tidak mengurangi efektivitas kegiatan secara keseluruhan. CDC (2024) menyatakan bahwa pelatihan kegawatdaruratan berbasis sekolah tetap mampu meningkatkan kompetensi peserta meskipun terdapat keterbatasan waktu dan sumber daya selama pelaksanaannya.¹ UNESCO (2024) juga menegaskan bahwa keberhasilan program kesehatan sekolah lebih ditentukan oleh keberlanjutan kegiatan dan partisipasi aktif peserta dibandingkan lamanya waktu pelaksanaan kegiatan semata.¹ Hasil observasi menunjukkan bahwa peserta tetap mampu memahami dan mempraktikkan keterampilan dasar P3K dengan baik setelah mengikuti

kegiatan.

KESIMPULAN

Kegiatan penguatan keterampilan respon kegawatdaruratan melalui simulasi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) bagi anggota baru PMR MTs Al-Khairaat Kota Gorontalo memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kesiapsiagaan, dan keterampilan peserta dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan sederhana.

Melalui edukasi dan simulasi, peserta mampu memahami serta mempraktikkan tindakan pertolongan pertama pada kondisi sinkop, luka dan perdarahan, mimisan, dan tersedak dengan lebih baik. Selain meningkatkan kemampuan respon kegawatdaruratan anggota PMR, kegiatan ini juga mendukung pelaksanaan program Trias UKS, khususnya pada aspek pendidikan kesehatan dan pelayanan kesehatan di lingkungan sekolah.

Oleh karena itu, kegiatan edukasi dan simulasi P3K perlu dilaksanakan secara berkelanjutan untuk mempertahankan dan meningkatkan keterampilan anggota PMR dalam memberikan pertolongan pertama pada situasi darurat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Baiq Sri Ida Laili, Deny Susanti, Lalu Khairul Rozikin, Nur Wahidah Aimar, Rina Apriani, Sakilawati. Implementasi Program Edukasi Pertolongan Pertama Kecelakaan (P3K) Pada Siswa Kelas Tinggi SDN 5 Danger Untuk Meningkatkan Kesiagaan Siswa. *J Cakrawala Akad.* 2025;1(5):1710-1722. doi:10.70182/jca.v1i5.17
2. Aid IF. Resuscitation And Education Guidelines 2025. Published Online 2025.
3. Akhirullah E, Kosvianti E, Oktavidiati E, et al. 1 , 2 , 3 , 4. Published online.
4. Ridlo IA. Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *Insa J Psikol dan Kesehat Ment.* 2020;5(2):162. doi:10.20473/jpkm.v5i22020.162-171
5. Siswa P, Dasar S. Penguatan Keterampilan P3k Dan Bantuan Hidup Dasar Strengthening First Aid And Basic Life Support Skills In Kemiri 1.
6. International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC). *International First Aid, Resuscitation and Education Guidelines 2025*. Geneva: IFRC; 2025.
7. World Health Organization. *Making Every School a Health-Promoting School: Global Standards and Indicators*. Geneva: WHO; 2022.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
9. United Nations Children's Fund (UNICEF). *Strategic Framework for Health and Well-Being in Schools*. New York: UNICEF; 2022.
10. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO).

Ready to Learn and Thrive: School Health and Nutrition Around the World. Paris: UNESCO; 2023.

11. American Academy of Pediatrics. School Health Policy and Practice: Progress, Challenges, and Future Priorities. *Pediatrics*. 2023;152(2).
12. International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC). *Youth as Agents of Behavioural Change Toolkit*. Geneva: IFRC; 2022.
13. World Health Organization. *Global School Health Initiatives and Student Well-Being: Technical Report*. Geneva: WHO; 2023.
14. Centers for Disease Control and Prevention. *School Health Services and Emergency Preparedness Framework*. Atlanta: CDC; 2024.
15. UNESCO. *Global Status Report on School Health and Safety*. Paris: UNESCO; 2024.