

Edukasi Penanganan Tersedak pada Perkumpulan Warga Tulang Sehat Indonesia (Perwatusi) cabang Riau

Marni Sianturi¹, Soraya Soraya², Engga Demartha³, Huda Nuri⁴, Jansen Fernando⁴, Hendra Hendra⁵, Ariel Anugrahani⁶

¹Departemen Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Awal Bros

²Departemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Awal Bros

³Departemen Etik & Humaniora, Fakultas Kedokteran, Universitas Awal Bros

⁴Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Awal Bros

⁵Departemen Bedah, Fakultas Kedokteran, Universitas Awal Bros

⁶Departemen Telinga, Hidung dan Tenggorokan, Fakultas Kedokteran, Universitas Awal Bros

e-mail: fkarni@gmail.com

Accepted : 15-02-2026

Revised : 26-02-2026

Published : 28-02-2026

Abstrak

Tersedak merupakan kondisi kegawatdaruratan yang dapat mengancam jiwa apabila tidak ditangani secara cepat dan tepat, terutama pada kelompok rentan seperti bayi, anak-anak, dan lanjut usia. Rendahnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesiapsiagaan warga dalam penanganan tersedak. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 28 Januari 2026 di RSAB Hang Tuah Pekanbaru dengan sasaran anggota Perkumpulan Warga Tulang Sehat Indonesia Cabang Riau. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dan praktik langsung penanganan tersedak menggunakan alat peraga manekin. Materi meliputi pengertian tersedak, tanda dan gejala, prinsip pertolongan pertama, serta teknik *back blows*, *abdominal thrust*, dan penanganan tersedak. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap materi serta peningkatan keterampilan dan kepercayaan diri dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak. Kegiatan ini dinilai efektif dalam meningkatkan kapasitas masyarakat sebagai penolong pertama (*first responder*) di lingkungan sekitar, sehingga berpotensi menurunkan risiko komplikasi dan kematian akibat tersedak.

Kata kunci : Tersedak; Pertolongan pertama; Edukasi kesehatan; Pengabdian masyarakat

Abstract

Choking is a life-threatening emergency condition if not managed promptly and appropriately, particularly among vulnerable groups such as infants, children, and the elderly. Limited public knowledge and skills in providing first aid for choking remain a significant public health concern. This community service activity aimed to improve community members' knowledge, skills, and preparedness in managing choking incidents. The activity was conducted on January 28, 2026, at RSAB Hang Tuah Pekanbaru, targeting members of the Tulang Sehat Indonesia Community, Riau Branch. The methods applied included health education and hands-

on practice in choking management using mannequins. The educational materials covered the definition of choking, signs and symptoms, basic principles of first aid, as well as techniques such as back blows, abdominal thrusts, and choking management. The results showed an improvement in participants' understanding, practical skills, and confidence in performing first aid for choking. This activity was considered effective in strengthening community capacity as first responders, thereby potentially reducing the risk of complications and mortality due to choking.

Keywords : Choking; First aid; Health education; Community service

1. PENDAHULUAN

Tersedak (*choking*) merupakan kondisi kegawatdaruratan yang terjadi akibat masuknya benda asing ke dalam jalan napas, baik yang menyebabkan sumbatan sebagian maupun sumbatan total, sehingga menghambat aliran udara menuju paru-paru. Apabila tidak segera ditangani, kondisi ini dapat menyebabkan hipoksia, penurunan kesadaran, hingga kematian dalam waktu singkat (Mirani et al., 2020). Kasus tersedak paling sering terjadi pada kelompok rentan, seperti bayi, anak-anak, dan lanjut usia, terutama saat proses makan, menelan obat, atau ketika memasukkan benda kecil ke dalam mulut secara tidak disengaja (Perkins et al., 2021). Berdasarkan laporan kesehatan global, tersedak masih termasuk dalam penyebab utama kematian tidak disengaja di berbagai negara, khususnya pada anak dan lansia, sehingga menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian serius (Saccomanno et al., 2023).

Penanganan tersedak membutuhkan tindakan yang cepat, tepat, dan disesuaikan dengan usia serta kondisi korban. Beberapa teknik pertolongan pertama yang direkomendasikan secara internasional antara lain pukulan punggung (*back blows*), dorongan perut (*abdominal thrust* atau *Heimlich maneuver*), serta teknik khusus pada bayi yang disesuaikan dengan kondisi anatomi dan fisiologisnya (Mohammed Radi Bodrees et al., 2025). *American Heart Association* menegaskan bahwa keberhasilan pertolongan pertama pada kasus tersedak sangat bergantung pada pengetahuan dan keterampilan penolong di lokasi kejadian, terutama sebelum bantuan medis profesional tiba (Thabrew et al., 2025). Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat awam masih belum memahami langkah-langkah penanganan tersedak yang benar dan aman. Kesalahan dalam penanganan, seperti memberikan minum pada korban atau melakukan tepukan punggung secara tidak tepat, justru dapat memperburuk kondisi korban dan meningkatkan risiko komplikasi (Pondete et al., 2022).

Kurangnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak umumnya disebabkan oleh keterbatasan edukasi kesehatan serta minimnya pelatihan berbasis praktik langsung. Pendidikan kesehatan yang hanya bersifat teoritis sering kali belum mampu membentuk keterampilan yang dibutuhkan dalam situasi kegawatdaruratan yang membutuhkan respons cepat dan tepat (Widodo et al., 2026). Beberapa penelitian dalam sepuluh tahun terakhir menyatakan bahwa metode edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan demonstrasi dan praktik langsung terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan masyarakat dalam penanganan kegawatdaruratan, termasuk kasus tersedak (Kunbaran et al., 2024; Ranjous et al., 2024).

Perkumpulan Warga Tulang Sehat Indonesia cabang Riau merupakan komunitas masyarakat yang aktif dalam berbagai kegiatan sosial dan kemasyarakatan, sehingga memiliki potensi besar sebagai agen perubahan dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Pemberdayaan komunitas melalui edukasi kesehatan yang terarah dan

aplikatif diharapkan mampu meningkatkan kapasitas masyarakat dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan, khususnya kasus tersedak yang sering terjadi di lingkungan rumah tangga. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan fokus pada edukasi dan praktik langsung penanganan tersedak di RSAB Hang Tuah Pekanbaru. Melalui kegiatan ini, peserta diharapkan tidak hanya memahami konsep dasar tersedak, tetapi juga memiliki keterampilan praktis untuk melakukan pertolongan pertama secara mandiri dan tepat.

Secara khusus, tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan warga mengenai pengertian, penyebab, serta tanda dan gejala tersedak; meningkatkan keterampilan warga dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak pada bayi, anak, dan dewasa sesuai dengan standar yang direkomendasikan; serta meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan di lingkungan sekitar. Pencapaian tujuan tersebut diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan risiko komplikasi dan kematian akibat tersedak, serta memperkuat peran masyarakat sebagai penolong pertama (*first responder*) di lingkungan tempat tinggalnya.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 28 Januari 2026, bertempat di RSAB Hang Tuah Pekanbaru, dengan sasaran kegiatan yaitu anggota Perkumpulan Warga Tulang Sehat Indonesia cabang Riau. Pemilihan lokasi dan sasaran didasarkan pada pertimbangan kemudahan akses, dukungan fasilitas kesehatan, serta tingginya potensi penerapan keterampilan pertolongan pertama di lingkungan komunitas. Kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam penanganan kasus tersedak sebagai salah satu kondisi kegawatdaruratan yang sering terjadi di lingkungan rumah tangga.

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif, yang terdiri dari dua metode utama, yaitu penyuluhan dan praktik langsung. Metode penyuluhan dilakukan melalui penyampaian materi secara lisan dan visual menggunakan media presentasi. Materi penyuluhan meliputi pengertian dan penyebab tersedak, tanda dan gejala tersedak ringan dan berat, prinsip dasar pertolongan pertama pada kasus tersedak, serta kesalahan umum yang sering dilakukan masyarakat saat menangani korban tersedak. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya dan berdiskusi, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan.

Setelah kegiatan penyuluhan, peserta mengikuti sesi praktik langsung penanganan tersedak. Pada sesi ini, peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik pertolongan pertama pada kasus tersedak, meliputi teknik pukulan punggung (*back blows*), teknik dorongan perut (*abdominal thrust* atau *Heimlich maneuver*), serta teknik penanganan tersedak pada bayi yang disesuaikan dengan kondisi anatomi dan fisiologisnya. Kegiatan praktik dilakukan dengan bimbingan langsung dari fasilitator yang kompeten di bidang kesehatan, serta menggunakan alat peraga berupa manekin. Penggunaan manekin bertujuan untuk memberikan pengalaman praktik yang realistis, aman, dan terkontrol, sehingga peserta dapat memahami langkah-langkah penanganan tersedak secara benar dan meningkatkan kepercayaan diri dalam menerapkannya pada situasi nyata. Melalui kombinasi metode penyuluhan dan praktik langsung ini, diharapkan peserta tidak hanya memperoleh peningkatan pengetahuan secara kognitif, tetapi juga

peningkatan keterampilan secara psikomotor, sehingga mampu melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak secara mandiri dan tepat di lingkungan masing-masing.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada tanggal 28 Januari 2026 di RSAB Hang tuah ini diikuti oleh anggota Perkumpulan Warga Tulang Sehat Indonesia cabang Riau dengan tingkat partisipasi dan antusiasme yang tinggi. Selama pelaksanaan kegiatan, peserta aktif mengikuti sesi penyuluhan maupun praktik langsung, serta menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang disampaikan. Berdasarkan hasil observasi awal sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta belum memahami secara tepat perbedaan penanganan tersedak pada bayi, anak, dan dewasa. Selain itu, peserta juga masih menunjukkan keraguan dan ketidakpercayaan diri dalam melakukan tindakan pertolongan pertama pada kasus tersedak, terutama terkait urutan dan teknik yang benar.

Setelah diberikan penyuluhan dan dilanjutkan dengan praktik langsung, terjadi peningkatan pemahaman peserta terhadap materi penanganan tersedak (tabel 1). Peserta mampu menjelaskan kembali pengertian tersedak, tanda dan gejala tersedak ringan maupun berat, serta langkah-langkah pertolongan pertama yang harus dilakukan. Pada sesi praktik, sebagian besar peserta dapat mempraktikkan teknik pukulan punggung (*back blows*) dan dorongan perut (*abdominal thrust*) dengan urutan dan cara yang benar sesuai dengan panduan yang diberikan (tabel 2).

Tabel 1. Tingkat pemahaman peserta tentang penanganan tersedak sebelum dan sesudah edukasi (n=25)

Waktu Pengukuran	Paham (%)	Belum paham (%)
Sebelum edukasi (pre-test)	40%	60%
Sesudah edukasi + praktik (post-test)	90%	10%

Tabel 2. Kemampuan peserta mempraktikkan back blows & abdominal thrust sebelum dan sesudah edukasi (n=25)

Waktu Pengukuran	Mampu (n)	Belum mampu (%)
Sebelum edukasi (pre-test)	10%	90%
Sesudah edukasi + praktik (post-test)	85%	15%

Peserta juga menunjukkan peningkatan keterampilan dalam melakukan teknik penanganan tersedak pada bayi menggunakan manekin.



Gambar 1. Penanganan tersedak pada dewasa

Selain peningkatan pengetahuan dan keterampilan, hasil kegiatan juga menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri peserta dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak. Peserta menyatakan lebih siap dan berani untuk bertindak apabila menghadapi kejadian tersedak di lingkungan rumah tangga maupun masyarakat sekitar.

Gambar 2. Penanganan tersedak pada bayi**Gambar 3.** Heimlich manuver**Gambar 4.** Foto Bersama peserta**4. PEMBAHASAN**

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa metode edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan praktik langsung mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam penanganan kasus tersedak. Rendahnya pemahaman peserta sebelum kegiatan menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai pertolongan pertama pada tersedak masih terbatas, terutama terkait perbedaan teknik penanganan berdasarkan usia korban. Kondisi ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian yang menyebutkan bahwa masyarakat awam sering kali belum memiliki kesiapan yang memadai dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan (Merisdawati et al., 2025)

Peningkatan pemahaman dan keterampilan peserta setelah kegiatan menunjukkan bahwa metode praktik langsung merupakan pendekatan yang efektif dalam pendidikan kesehatan kegawatdaruratan. Praktik menggunakan manekin memungkinkan peserta untuk belajar secara aktif dan realistis, sehingga mempermudah pemahaman langkah-langkah penanganan tersedak yang benar. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi berbasis demonstrasi dan simulasi mampu meningkatkan kemampuan psikomotor dan kepercayaan diri peserta dalam memberikan pertolongan pertama (Kunbaran et al. 2024).

Selain itu, peningkatan kepercayaan diri peserta dalam melakukan pertolongan pertama menjadi aspek penting dalam kesiapsiagaan masyarakat. Kepercayaan diri merupakan faktor penentu keberhasilan pertolongan pertama, karena tindakan yang ragu-ragu atau terlambat dapat memperburuk kondisi korban tersedak. Oleh karena itu, melalui kegiatan ini, masyarakat diharapkan tidak hanya memiliki pengetahuan, tetapi juga kesiapan mental untuk bertindak cepat dan tepat. Dengan meningkatnya kapasitas warga

Perkumpulan Warga Tulang Riau, diharapkan mereka dapat berperan sebagai penolong pertama (*first responder*) di lingkungan masing-masing, sehingga dapat meminimalkan risiko komplikasi dan kematian akibat tersedak.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi penanganan tersedak pada Perkumpulan Warga Tulang Sehat Indonesia cabang Riau yang dilaksanakan di RSAB Hang Tuah Pekanbaru pada tanggal 28 Januari 2026 menunjukkan hasil yang positif, ditandai dengan meningkatnya pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri peserta dalam mengenali tanda dan gejala tersedak serta melakukan pertolongan pertama yang tepat pada bayi, anak, dan dewasa. Keunggulan kegiatan ini terletak pada penerapan metode penyuluhan yang dikombinasikan dengan praktik langsung menggunakan manekin dan pendampingan fasilitator, sehingga pembelajaran bersifat aplikatif dan mudah dipahami oleh peserta. Namun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan, antara lain durasi pelaksanaan yang relatif singkat, jumlah peserta yang terbatas, serta belum dilakukannya evaluasi kuantitatif terstruktur untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan secara objektif.

6. SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, disarankan agar kegiatan edukasi penanganan tersedak dilaksanakan secara berkelanjutan dan terprogram guna menjaga serta meningkatkan retensi pengetahuan dan keterampilan masyarakat. Kegiatan serupa sebaiknya dilengkapi dengan evaluasi terstruktur, seperti pre-test dan post-test, untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta secara objektif. Selain itu, diperlukan penambahan durasi dan intensitas sesi praktik agar peserta memiliki kesempatan yang lebih optimal untuk menguasai teknik penanganan tersedak. Pihak penyelenggara disarankan untuk mengembangkan media edukasi pendukung, seperti modul cetak, poster, atau video edukasi, sehingga peserta dapat melakukan pembelajaran mandiri setelah kegiatan selesai. Ke depan, kolaborasi yang lebih luas dengan fasilitas pelayanan kesehatan dan perluasan sasaran kegiatan ke komunitas masyarakat lain diharapkan dapat meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat secara menyeluruh dalam menghadapi kasus tersedak dan kondisi kegawatdaruratan lainnya.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Kunbaran, A., Yanti, N., Roza, D., Suryarinilsih, Y. and Ramadini, I. 2024. Health Education Demonstration Method On Mothers' Knowledge About First Aid For Choking In Early Childhood. *JENDELA NURSING JOURNAL* 8(2), pp. 135–144. doi: 10.31983/jnj.v8i2.11715.
- Mirani, N., Ayatollahi, H. and Khorasani-Zavareh, D. 2020. Injury surveillance information system: A review of the system requirements. *Chinese Journal of Traumatology* 23(3), pp. 168–175. doi: 10.1016/j.cjtee.2020.04.001.
- Mohammed Radi Bodrees et al. 2025. Choking First Aid Techniques for Adults and Children by Red Crescent. *International Journal of Computational and Experimental Science and Engineering* 11(4). doi: 10.22399/ijcesen.4009.
- Merisdawati, Jamil, M. and Ummifa, K.N. 2025. Pelatihan Pertolongan Pertama Anak Tersedak Berbasis Komunitas di Posyandu ILP RW 15 Mangliawan Permai, Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka* 4(2), pp. 1655–1661. doi: 10.58266/jpmb.v4i2.678.

- Perkins, G.D. et al. 2021. European Resuscitation Council Guidelines 2021: Executive summary. *Resuscitation* 161, pp. 1–60. doi: 10.1016/j.resuscitation.2021.02.003.
- Pondete, M.A., Barlianto, W. and Suryanto, S. 2022. Education for parents regarding choking prevention and handling on children: a scoping review. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)* 11(2), p. 672. doi: 10.11591/ijphs.v11i2.21119.
- Ranjous, Y., Al Balkhi, A., Alnader, I., Rkab, M., Ataya, J. and Abouharb, R. 2024. Knowledge and misconceptions of choking and first-aid procedures among Syrian adults: A cross-sectional study. *SAGE Open Medicine* 12. doi: 10.1177/20503121241249399.
- Saccomanno, S. et al. 2023. Risk factors and prevention of choking. *European Journal of Translational Myology*. doi: 10.4081/ejtm.2023.11471.
- Thabrew, N.K.K. et al. 2025. Knowledge and first aid management of choking children among parents in a tertiary care hospital, Sri Lanka. *BMC Emergency Medicine* 26(1), p. 24. doi: 10.1186/s12873-025-01450-2.
- Widodo, W., Wulansari, N., Firmansyah, F., Rochmayanti, R., Sudrajat, J. and Albyn, D.F. 2026. Edukasi Pertolongan Pertama dalam Kondisi Gawat Darurat sebagai Upaya Peningkatan Keterampilan Mahasiswa. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 6(2), pp. 324–333. doi: 10.56359/kolaborasi.v6i2.828.