



Pertolongan Pertama Pada Anak Tersedak Secara Mandiri Di Rumah

First Aid for Choking Children Independently at Home

**Ernawati Umar^{1*}, Ani Fitriani¹, Winny Fitriani¹, Amalia Agustin¹, Tasya Artyasfati¹,
Nurfadhilah Aini¹**

¹ Program Studi D3 Keperawatan, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

*Email Korespondensi: ernawati.umar@untirta.ac.id

Abstrak

Tersedak adalah masuknya benda asing ke dalam tenggorokan atau saluran pernapasan. Ini merupakan kondisi berbahaya yang dapat terjadi pada siapa saja, mulai dari bayi hingga orang dewasa. Untuk anak di bawah satu tahun, penanganan awal yang dapat dilakukan adalah back blows dan chest thrusts. Jika anak tidak sadar, orang tua dapat melakukan teknik CPR sebagai penanganan tersedak. Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan Pendidikan Kesehatan kepada ibu - ibu Dharma Wanita di lingkungan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, serta mendapat keterampilan dalam menolong anak dan masyarakat di lingkungannya jika mengalami kejadian tersedak pada anak. Metode Pelaksanaan yaitu dilakukan dalam bentuk Ceramah dengan menggunakan Leaflet dengan gambar tentang tanda tanda tersedak, dan cara penanganannya secara mandiri serta Heimlich Manuever. Hasil Kegiatan yaitu peserta mendapatkan informasi dan meningkatkan pengetahuannya mengenai tanda tanda tersedak, dan cara penanganannya secara mandiri serta Heimlich Manuever kepada Ibu-ibu Dharma Wanita Persatuan Untirta di Auditorium Kampus pada tanggal 5 Februari 2021.

Kata kunci: Penyuluhan, Pertolongan Pertama, Anak, Tersedak, Mandiri, Di Rumah

Abstract

Choking is the entry of a foreign object into the throat or respiratory tract. This is a dangerous condition that can happen to anyone, from babies to adults. For children under one year, the initial treatment that can be done is back blows and chest thrusts. If the child is unconscious, parents can perform CPR techniques to treat choking. This activity is carried out to provide Health Education to Dharma Wanita women in the Sultan Ageng Tirtayasa University environment, as well as gain skills in helping children and the community in their environment if they experience choking events in children. The implementation method is carried out in the form of lectures using leaflets with pictures of the signs of choking, how to handle them independently, and the Heimlich Maneuver. The results of the activity are that participants get information and increase their knowledge about the signs of choking, and how to handle it independently as well as the Heimlich Maneuver to Dharma Wanita Persatuan Untirta at the Campus Auditorium on February 5, 2021.

Keywords: Counseling, First Aid, Child, Choking, Independent, At Home

Pesan Utama:

- Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu - ibu Dharma Wanita serta masyarakat untuk melakukan pertolongan pertama pada anak dan keluarga yang tersedak makanan atau minuman secara mandiri di rumah

Access this article online



Quick Response Code

Copyright (c) 2022 Authors.

Received: 10 May 2022
Accepted: 30 May 2022

DOI: <https://doi.org/10.56303/jppmi.v1i1.23>



This work is licensed under
a Creative Commons Attribution-
NonCommercial-ShareAlike 4.0
International License

1. Pendahuluan

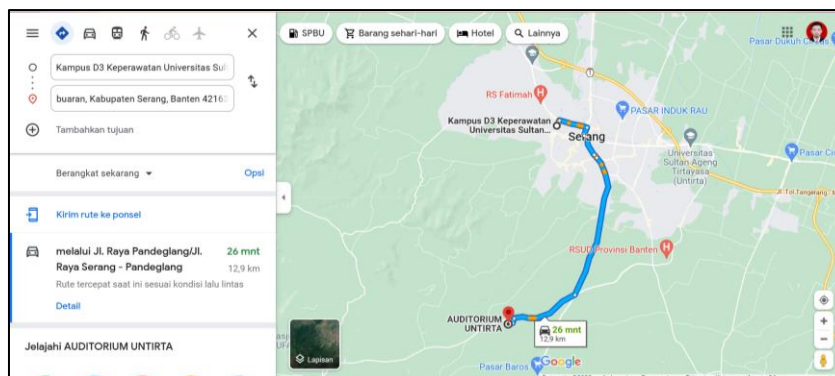
Kasus tersedak umumnya menimpa bayi atau anak-anak karena suka memasukkan beragam benda ke dalam mulut (Ain, 2019). Sedangkan pada orang dewasa, kasus tersedak biasanya terjadi akibat menelan makanan atau minuman secara tergesa-gesa. Tersedak adalah masuknya benda asing ke dalam tenggorokan atau saluran pernapasan (Ain, 2019). Ini merupakan kondisi berbahaya yang dapat terjadi pada siapa saja, mulai dari bayi hingga orang dewasa. Karena adanya benda asing di saluran pernapasan, orang yang tersedak dapat mengalami kesulitan bernapas dan berpotensi menimbulkan kematian jika tidak segera dilakukan pertolongan awal (Somasetia, 2017). Benda asing ini dapat berupa apa pun, seperti makanan, mainan, atau benda-benda kecil lainnya seperti koin, baterai, peniti, hingga jarum pentul.

Setiap orang tua perlu mengetahui bagaimana pertolongan pertama tersedak pada anak (Harigustian, 2020). Tanda-tanda anak tersedak, seperti batuk yang tiba-tiba, sulit bernapas, memegang leher, hingga bibir tampak kebiruan hingga lemas. Pada tahapan yang lanjut, anak dapat menjadi tidak sadar. Hasil studi pendahuluan dengan cara tanya jawab kepada ibu-ibu Dharma Wanita Persatuan Untirta, masih banyak ibu-ibu yang mempunyai anak balita dan kadang-kadang mengalami tersedak saat minum ataupun makan, oleh karena menelan makanan tergesa-gesa.

Tujuan kegiatan pengabdian yaitu untuk memberikan penyuluhan kesehatan kepada ibu-ibu Dharma Wanita di lingkungan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, serta mendapat keterampilan dalam menolong anak dan masyarakat di lingkungannya jika mengalami kejadian tersedak pada anak.

2. Metode

Metode yang penulis lakukan dalam pendekatan penyelesaian masalah dengan cara penyuluhan yaitu metode ceramah dengan menggunakan Leaflet dengan gambar tentang tanda-tanda tersedak, dan cara penanganannya secara mandiri serta Heimlich Manuever. Peserta dalam kegiatan penyuluhan ini adalah ibu-ibu dharma wanita Untirta yang dilaksanakan pada hari Jumat, tanggal 5 Februari 2021.



Gambar 1. Lokasi Pengabdian

Pelaksanaan pengabdian yaitu penyuluh menjelaskan: 1. Pengertian tersedak (Choking); 2. Tanda-tanda dan gejala anak tersedak/ choking; 3. Cara pencegahan terjadinya tersedak/ choking pada anak; 4. Cara penanganan tersedak yang ringan dan cara melakukan Heimlich Manuever secara mandiri di rumah; 5. Komplikasi jika tersedak tidak cepat di tangani.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan mengenai cara menolong anak jika mengalami kejadian tersedak pada anak telah terlaksana pada tanggal 5 Februari 2021 kepada ibu-ibu dharma wanita Untirta. Berikut adalah langkah-langkah yang harus dilakukan: 1) Posisikan bayi tengkurap di lengan yang ditopang dengan paha. Posisikan kepala bayi lebih rendah dibandingkan badannya; 2) Topang kepala dan rahang bayi dengan jari tangan. Lalu, tepuk lembut punggungnya di antara tulang belikat sebanyak lima kali menggunakan tangan yang lain. Tindakan ini disebut sebagai *back blows*; 3) Jika cara tersebut belum berhasil, posisikan bayi telentang dengan kepala menghadap ke atas. Temukan tulang dada dan tempatkan dua jari di tengahnya. Berikan lima kali tekanan di bagian tengah tulang dada tersebut. Tindakan tersebut disebut sebagai *chest thrusts* dan dapat diulangi.

Berikut ini adalah beberapa cara untuk mencegah tersedak pada anak: 1) Hindari memberikan makanan dengan tekstur yang kenyal atau keras pada anak, contohnya kacang, cokelat, permen, dan yang lainnya. Pastikan memasak makanan dengan tekstur keras hingga lembut atau lunak, seperti wortel, kacang, kentang, dan yang

lainnya; 2) Letakkan benda-benda kecil dan berbahaya di tempat yang jauh dari jangkauan anak-anak, seperti kancing, jepit rambut, baterai, jarum, koin, dan yang lainnya; 3) Pilihlah mainan sesuai dengan usia anak. Sediakan tempat khusus yang rapat dan terhindar dari jangkauan anak-anak bila memiliki mainan yang tidak sesuai dengan usia anak; 4) Hindari mengajak anak mengobrol atau bercanda selama anak makan.

Kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya ibu-ibu Dharma Wanita untuk memahami dan mempelajari keterampilan tentang tata cara pertolongan pertama pada kegawatdaruratan dalam keluarga secara cepat, tepat dan aman. Sehingga masyarakat dapat sehat Kembali tanpa komplikasi. Kemudian menghimbau pada ibu - ibu Dharma wanita agar dapat menjaga, memperhatikan dan mencegah tersedak makanan pada saat anak sedang bermain. Hasil penelitian yang dilakukan Riskiyah diperoleh lebih dari 50% (56,1%) orang tua bayi memiliki pengetahuan cukup dalam upaya mencegah tersedak pada bayi dan lebih dari 50%(62,1%) memiliki sikap orang tua yang kurang mengetahui bagaimana mencegah tersedak pada bayi (Riskiyah et al., 2013). Adapun penelitian lainnya menunjukkan bahwa pengetahuan ibu terhadap pertolongan pertama pada balita tersedak di Perumahan Graha Sedayu Sejahtera sebagian besar memiliki pengetahuan kurang (Harigustian, 2020). Selain itu, dengan pengetahuan baik dan cukup ibu mendapatkan informasi dari media cetak dan media massa serta elektronik yang menambah pemahaman ibu ibu tentang pertolongan pertama pada tersedak(Ekawati et al., 2019).

4. Kesimpulan

Kesimpulan yaitu kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu - ibu Dharma Wanita serta masyarakat untuk melakukan pertolongan pertama pada anak dan keluarga yang tersedak makanan atau minuman secara mandiri di rumah.

Pendanaan: Penelitian ini tidak menerima pendanaan eksternal.

Ucapan Terima Kasih: Kami mengucapkan terima kasih kepada Ibu-Ibu Dharma Wanita Persatuan di lingkungan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

Konflik kepentingan: Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

Daftar Pustaka

- Ain, H. (2019). *Penanganan Sumbatan Benda Asing Pada Anak Berbasis Critical Care Caring*. Media Sahabat Cendekia.
- Ekawati, H., Noviana, U., & M. Hasinuddin. (2019). Pelatihan Penanganan Anak Tersedak Pada Kader Posyandu Diwilayah Kerja Puskesmas Kamal. *Jurnal Paradigma*, 1(1), 14–20.
- Harigustian, Y. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Tersedak Pada Ibu Yang Memiliki Balita di Perumahan Graha Sedayu Sejahtera. *Jurnal Keperawatan*, 12(3), 162–169.
- Riskiyah, Setyaningsih, P., & Arifin, M. (2013). *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Orangtua Dalam Upaya Mencegah Tersedak Pada Bayi Di Kelurahan Medono Kota Pekalongan Tahun 2013* [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.
- Somasetia, D. H. (2017). *IDAI | Yang Harus Dilakukan jika Anak Tersedak*. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/keluhan-anak/yang-harus-dilakukan-jika-anak-tersedak>