

Strategi Penanganan Tersedak Pada Anak : Panduan Praktis Manuever *Back Blow*, *Heimlich* Dan Alat Bantu *Chocking Rescue Device* Di Desa Reuleut Timur

Anna Millizia¹, Yuziani^{2*}, Rizka Sofia², Wizar Putri Mellaratna⁴, Khairunnisa Z⁵, Finaldi Aziro Adha⁶, Reynaldi Alfredo⁷

1,2,3,4,5,6,7* Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh

Jl. Cot Tgk Nie Reulet, Kecamatan Muara Batu, Aceh Utara, Provinsi Aceh, Indonesia, 24355

**Email: yuziani@unimal.ac.id*

Abstrak

History Artikel

Received:

November-2025;

Reviewed:

November-2025;

Accepted:

November-2025;

Published:

Maret-2026

Tersedak merupakan keadaan gawat darurat yang sering terjadi pada anak-anak dan dapat mengakibatkan konsekuensi fatal akibat obstruksi saluran napas, sementara pengetahuan masyarakat tentang penanganan pertolongan pertama yang tepat masih sangat terbatas. Berdasarkan observasi awal di Desa Reuleut Timur, ditemukan bahwa mayoritas orang tua dan pengasuh masih mengandalkan cara-cara tradisional yang tidak efektif dan berpotensi membahayakan ketika menghadapi kasus tersedak pada anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman teoritis dan keterampilan praktis masyarakat dalam menerapkan teknik pertolongan pertama tersedak yang aman dan efektif, mencakup manuever *Back Blow*, *Heimlich*, serta penggunaan *Choking Rescue Device*. Metode pelaksanaan berupa pelatihan partisipatif satu hari yang meliputi sesi edukasi interaktif menggunakan media visual, demonstrasi langsung oleh fasilitator terlatih, dan pelatihan *hands-on* menggunakan manekin bayi dan anak. Hasil evaluasi melalui pretest dan posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan peserta, dengan nilai rata-rata yang meningkat dari 43% menjadi 85% sehingga terjadi peningkatan 42%. Peserta mampu mendemonstrasikan teknik pertolongan dengan benar dalam sesi praktik. Pembahasan hasil mengindikasikan bahwa pendekatan pelatihan komprehensif yang menggabungkan teori, demonstrasi, dan simulasi langsung terbukti efektif dalam menanamkan keterampilan pertolongan pertama yang kritis ini. Simpulan dari kegiatan ini adalah program pelatihan yang terstruktur berhasil meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menangani keadaan darurat tersedak pada anak. Untuk keberlanjutan program dibentuknya kader di tingkat komunitas dan diadakan pelatihan penyegaran secara berkala, sekaligus mereplikasi kegiatan serupa di daerah lain dengan adaptasi konteks lokal untuk memaksimalkan dampak pencegahan morbiditas dan mortalitas anak akibat tersedak.

Kata kunci: Tersedak, Anak, Pertolongan Pertama, *Heimlich*, *Back Blow*

PENDAHULUAN

Tersedak merupakan kondisi darurat yang mengancam jiwa, terutama pada anak-anak. Kemampuan melakukan pertolongan pertama yang cepat dan tepat sangat krusial untuk meningkatkan peluang keberhasilan penyelamatan. Tersedak merupakan penyebab utama kematian akibat cedera tak disengaja pada balita dan menimbulkan beban kesehatan masyarakat yang signifikan. Peningkatan program edukasi penanganan tersedak sangat penting untuk mengurangi angka kejadian ini. Pendidikan kesehatan, khususnya bagi orang tua anak usia dini, sangat krusial karena kelompok usia ini paling rentan terhadap kecelakaan seperti tersedak (1).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa kasus tersedak meningkat secara signifikan dan mencapai angka 17.573 penderita. Prevalensi ini tergantung pada penyebabnya, yang disebabkan oleh makanan sebesar 59,5%, akibat benda asing sebesar 31,4%, dan tersedak yang belum diketahui penyebabnya sebesar 9,1% (2). Prevalensi kejadian tersedak pada anak dibawah 4 tahun di Amerika Serikat sebanyak 710 kasus, dengan 11,6% kasus terjadi pada anak dibawah 1 tahun, 36,2% kasus pada anak usia 1 hingga 2 tahun, dan 29,4% pada usia 2 hingga

4 tahun. Berdasarkan sebuah penelitian yang diterbitkan *Journal Pediatric* pada Juli 2013, ditemukan bahwa sekitar 12.435 anak atau 34 anak per hari yang dibawa ke ruang gawat darurat karena kasus tersedak. Persentase tertinggi terjadi pada anak usia empat tahun sebesar 62% dan 38% pada anak dibawah satu tahun (3).

Tersedak dapat dihindari dengan cara orang tua mengambil peran aktif dalam merawat dan melindungi anak. Perilaku dan pemahaman orang tua sangat penting dalam menangani kondisi tersedak (4). Pengetahuan merupakan hal yang penting bagi individu. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi perilaku atau pengaruh orang tua saat menangani tersedak pada anak. Anak yang tersedak akan terhindar dari kematian jika perilaku dalam menangani tersedak pada anak benar. Langkah selanjutnya yang perlu dilakukan oleh orang tua adalah mempelajari keterampilan pertolongan pertama pada anak, karena keterampilan orang tua yang cepat sangat berpengaruh terhadap keselamatan anak. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan pemahaman tentang penanganan tersedak pada anak (5). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Afdelina dkk, 2024) bahwa hanya 40% orang tua di salah satu TK Aceh Utara memiliki tingkat pengetahuan cukup untuk penanganan tersedak, sementara yang lainnya masuk ke dalam kategori kurang pengetahuan, sehingga diperlukan perilaku sehat, pengetahuan, dan teknik pencegahan penyakit yang dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan baik untuk individu maupun masyarakat. Pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman orang tua tentang cara menangani anak yang tersedak, khususnya dengan memberikan pertolongan pertama (6). Desa Reuleut Timur merupakan wilayah yang telah menjadi lokasi binaan Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. Sebelumnya, dosen Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh telah melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Reuleut Timur berupa skrining faktor risiko penyakit jantung koroner melalui pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, dan kolesterol serta edukasi kesehatan berbasis buku saku. Kegiatan tersebut terbukti meningkatkan pengetahuan masyarakat dan membentuk kader kesehatan desa, sehingga menjadi dasar kuat bagi keberlanjutan program pengabdian masyarakat selanjutnya di wilayah ini (7). kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati dan Hasanah (2022) yang menunjukkan bahwa pemberdayaan kader kesehatan di tingkat desa berperan penting dalam meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat terhadap keadaan gawat darurat pada anak, termasuk kasus tersedak. Pelibatan kader tidak hanya memperkuat keberlanjutan program, tetapi juga memastikan adanya edukasi berkelanjutan secara mandiri di tingkat komunitas (8).

METODE PELAKSANAAN

Solusi yang Ditawarkan

Solusi yang ditawarkan dalam pengabdian masyarakat dengan tema panduan penanganan tersedak pada anak berpusat pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memberikan pertolongan pertama. Solusi-solusi tersebut umumnya mencakup beberapa pendekatan:

1. Edukasi dan Pelatihan: Inti dari solusi ini adalah memberikan pelatihan praktis kepada orang tua, pengasuh, dan tenaga pendidik. Pelatihan ini biasanya meliputi:

- **Teori:** Penjelasan tentang penyebab tersedak, tanda dan gejala tersedak, serta perbedaan penanganan pada bayi dan anak yang lebih besar.
- **Praktik:** Simulasi dan demonstrasi teknik pertolongan pertama seperti *back blows*, *chest thrusts* (Heimlich maneuver pada bayi), dan *abdominal thrusts* (Heimlich maneuver pada anak yang lebih besar). Praktik ini penting untuk membangun kepercayaan diri dan kemampuan dalam menerapkan teknik yang benar.

- **Kapan Meminta Bantuan Medis:** Menekankan pentingnya mencari bantuan medis segera setelah melakukan pertolongan pertama, terutama jika anak tidak bernapas atau tidak sadarkan diri.
- 2. Penyediaan Bahan Edukasi:** Selain pelatihan langsung, penyediaan materi edukasi tambahan sangat penting. Ini dapat berupa:
- **Leaflet/Brosur:** Informasi ringkas dan mudah dipahami tentang penanganan tersedak, yang dapat dibawa pulang dan dijadikan referensi.
 - **Poster:** Visualisasi langkah-langkah pertolongan pertama yang jelas dan mudah diingat.
 - **Video:** Demonstrasi visual teknik pertolongan pertama yang lebih detail dan mudah diikuti.
- 3. Kolaborasi dengan Pihak Terkait:** Kerjasama dengan berbagai pihak dapat memperluas jangkauan dan dampak program pengabdian masyarakat. Kerjasama ini dapat dilakukan dengan
- **Puskesmas/Rumah Sakit:** Untuk memastikan akurasi informasi medis dan akses ke layanan kesehatan lanjutan.
 - **Sekolah/PAUD:** Untuk menjangkau orang tua dan tenaga pendidik secara langsung.
 - **Organisasi Masyarakat:** Untuk memanfaatkan jaringan dan sumber daya yang ada.
- 4. Evaluasi dan Tindak Lanjut:** Evaluasi program sangat penting untuk mengukur keberhasilan dan mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan. Evaluasi dapat dilakukan melalui:
- **Pre-test dan Post-test:** Untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan setelah pelatihan.
 - **Umpan Balik Peserta:** Untuk mengetahui kepuasan peserta dan saran untuk perbaikan program.
 - **Tindak Lanjut:** Program tindak lanjut dapat berupa kunjungan ulang, penyediaan layanan konsultasi, atau pelatihan lanjutan.

Tahap Kedua

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan. Kegiatan dilaksanakan bersama-sama oleh masyarakat sesuai dengan yang telah direncanakan dimulai dari penyuluhan. Penyuluhan dilakukan oleh tim pengabdian, sedangkan kelompok bimbingan orang tua dan kader dilakukan oleh petugas Kesehatan.

Tahap Ketiga

Pada tahap ketiga, dilakukan monitoring dan evaluasi kegiatan. Proses ini juga dilakukan sendiri oleh masyarakat. Tim pengabdian dan petugas puskesmas juga akan bertindak sebagai fasilitator.

Evaluasi Pelaksanaan Program dan Keberlanjutan

Bagian akhir dari metode pelaksanaan adalah evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan di Desa Reuleut Timur setelah kegiatan pengabdian ini dilaksanakan, evaluasi dilakukan oleh tim pengabdian untuk menilai dan memantau pelaksanaan demi keberlanjutan program. Evaluasi dilakukan pada awal dengan kegiatan tanya jawab kepada masyarakat yang berada di desa Reuleut Timur yang merupakan desa binaan di lingkungan Fakultas Kedokteran Unimal sejauh mana pemahaman mereka tentang upaya penanganan tersedak pada anak kecil. Diharapkan kegiatan pengabdian ini tidak berakhir begitu saja, kami akan tetap berkunjung ke Reuleut Timur untuk bertemu dengan sasaran dan melakukan pemantauan demi keberlangsungan kegiatan. Evaluasi yang dilakukan oleh tim pengabdian untuk menilai dan memantau pelaksanaan demi keberlanjutan program. Bekerjasama dengan organisasi kemahasiswaan Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh untuk memantau semua kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan di Desa Reuleut Timur dengan melibatkan para kader kesehatan, guru PAUD, dan orang tua anak. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung mengenai strategi penanganan tersedak pada anak menggunakan teknik *Back Blow*, *Heimlich Maneuver*, serta penggunaan alat bantu *Choking Rescue Device*.

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Mereka aktif bertanya dan mencoba secara langsung teknik pertolongan yang diperagakan. Tim pengabdian juga melakukan evaluasi pengetahuan melalui pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan pemahaman peserta secara signifikan. Hasil observasi memperlihatkan bahwa sebagian besar peserta sudah mampu melakukan tindakan pertolongan pertama dengan benar sesuai langkah-langkah standar yang diajarkan.

Pelaksanaan dilakukan secara tatap muka di Meunasah desa dengan metode edukasi interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung.

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi:

1. Persiapan: koordinasi dengan perangkat desa dan puskesmas, penyusunan materi dan media pelatihan, serta penyediaan alat bantu edukasi (*manekin bayi dan anak*, serta *choking rescue device*).
2. Pelaksanaan: pemaparan teori mengenai penyebab tersedak pada anak, tanda bahaya, serta langkah-langkah penanganan darurat.
3. Demonstrasi dan Praktik: tim pengabdian memperagakan teknik *Back Blow* dan *Heimlich Maneuver* dengan alat peraga, kemudian peserta mempraktikkannya secara langsung dengan bimbingan instruktur.
4. Evaluasi dan Refleksi: dilakukan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan, serta diskusi terbuka untuk menilai pemahaman peserta.

Kegiatan berlangsung dengan lancar dan mendapat dukungan penuh dari pemerintah desa serta masyarakat.

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan Peserta

Jumlah Peserta	Rata-rata Skor Pre-test (%)	Rata-rata Skor test (%)	Skor Post- Rata-rata (%)	Peningkatan
27 orang	43	85	42	

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan setelah mengikuti kegiatan pelatihan. Rata-rata skor pre-test sebesar 43% meningkat menjadi 85% pada post-test. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi melalui ceramah interaktif, demonstrasi langsung, dan praktik menggunakan alat peraga (boneka anak dan *Choking Rescue Device*) efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan setelah mengikuti pelatihan. Rata-rata skor pre-test sebesar 43% meningkat menjadi 85% pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan secara interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Masyarakat (9).

Peningkatan yang signifikan ini juga dipengaruhi oleh keterlibatan aktif peserta selama kegiatan, terutama saat sesi praktik *Heimlich Maneuver* dan *Back Blow*. Peserta menyatakan bahwa latihan langsung membantu mereka mengingat langkah-langkah dengan lebih baik dibanding hanya melalui penjelasan teori.

Metode yang digunakan berupa ceramah interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung teknik *Back Blow*, *Heimlich Maneuver*, serta penggunaan *Choking Rescue Device* terbukti memberikan pengalaman belajar yang bermakna. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Putri et al. (2020) yang menyatakan bahwa pelatihan berbasis praktik langsung mampu

meningkatkan retensi memori dan keterampilan penanganan kegawatdaruratan dasar pada Masyarakat (10).

Secara umum, hasil ini memperkuat bukti bahwa pelatihan berbasis praktik dan partisipatif dapat meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menangani keadaan darurat medis seperti tersedak pada anak. Dampak positif kegiatan ini juga terlihat dari meningkatnya kepercayaan diri peserta dalam melakukan pertolongan pertama pada kasus tersedak.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga menumbuhkan kepercayaan diri peserta dalam melakukan pertolongan pertama pada anak yang tersedak. Intervensi edukasi tentang pertolongan pertama tersedak pada anak meningkatkan kesiapsiagaan dan potensi pengurangan kematian akibat tersedak (11).

Kegiatan edukasi yang dilakukan melalui penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung teknik *Back Blow*, *Heimlich Maneuver*, serta penggunaan *Choking Rescue Device* terbukti efektif meningkatkan pemahaman peserta tentang langkah penanganan tersedak pada anak.



Gambar 1. Simulasi pertolongan pada pasien anak



Gambar 2. Simulasi pertolongan pada pasien dewasa

Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode pelatihan partisipatif mampu memperkuat kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi kondisi darurat tersedak, terutama di lingkungan keluarga dan sekolah.



Gambar 3. Foto bersama peserta kegiatan

Kegiatan yang dilakukan tim pengabdian terhadap masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar dengan diikuti oleh peserta ibu-ibu. Peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang kesedak pada anak membawa perubahan signifikan terhadap sikap ibu untuk memahami terkait pertolongan pertama pada kesedak. Apresiasi yang diberikan dan ditunjukkan oleh para ibu saat pelaksanaan diharapkan menjadi dasar upaya peningkatan dukungan semua pihak untuk hal ini. Sehingga menjadi harapan tim pengabdian untuk peran serta tenaga kesehatan memberikan dukungan untuk mencari solusi dalam upaya pencegahan dan penanganan tersedak pada anak di masyarakat.

Pengaruh dan dampak kegiatan

Pengaruh dan dampak yang dicapai dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat desa Reulet timur terhadap pentingnya penanganan tersedak pada anak dan pentingnya melakukan upaya deteksi sedini mungkin. Kegiatan ini juga diikuti dengan sosialisasi dengan memaparkan slide presentasi. Hasil analisis menunjukkan pengetahuan baik. Kegiatan ini memberikan pengaruh positif terhadap kesiapsiagaan masyarakat Desa Reuleut Timur dalam menghadapi situasi darurat tersedak pada anak. Dampak yang diamati antara lain:

- a) Peningkatan kesadaran masyarakat akan pentingnya tindakan cepat dan tepat dalam situasi tersedak.
- b) Terbentuknya kader terlatih di lingkungan desa yang mampu melakukan edukasi berkelanjutan.
- c) Perubahan perilaku masyarakat dalam memberikan pengawasan saat makan kepada anak-anak untuk mencegah risiko tersedak.
- d) Meningkatnya kapasitas guru PAUD dan orang tua dalam menangani kejadian darurat secara mandiri sebelum bantuan medis datang.

Secara umum, kegiatan ini memperkuat budaya *preparedness* atau kesiapsiagaan di tingkat masyarakat desa dalam aspek kesehatan anak.

Kegiatan lanjutan akan diarahkan pada penguatan kapasitas masyarakat dan pembentukan trainer lokal dari kader kesehatan dan tenaga pendidik. Tim pengabdian juga berencana melakukan kerja sama dengan Dinas Kesehatan dan Puskesmas setempat untuk menjadikan pelatihan ini sebagai bagian dari program rutin edukasi kesehatan masyarakat. Selain itu, tim

akan melakukan penyebaran edukasi ke platform digital fakultas dan media sosial agar dapat menjangkau masyarakat lebih luas.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan pada bab sebelumnya dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Strategi Penanganan Tersedak pada Anak” telah terlaksana dengan baik dan mencapai hasil yang memuaskan. Peserta kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan melakukan pertolongan pertama pada anak yang tersedak. Penerapan teknik *Back Blow*, *Heimlich Maneuver*, dan penggunaan *Choking Rescue Device* menjadi bekal praktis bagi masyarakat dalam menghadapi kondisi darurat di lingkungan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ernawati RK, Muflihatin SK, Wahyuni M. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan guru TK ABA terhadap tanggap bahaya tersedak (choking). *J Community Engagem Health*. 2021;4(1):188–94
- [2] Novianti ER, Kusumawati S. Edukasi audiovisual untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang penanganan tersedak pada bayi. *Khatulistiwa Nurs J*. 2023;5(2):53–64.
- [3] Suartini E, Kusuma K. Pengaruh pendidikan kesehatan pertolongan pertama tersedak dengan Google Form dan phantom pada orang tua di TK Taman Sukaria terhadap kemampuan keluarga. *Medikes*. 2020;7(2):411–22.
- [4] Sari EMD, Putri W. Perilaku ibu dalam pertolongan pertama saat tersedak pada anak usia toddler di Posyandu Harapan Ibu Desa Penghidupan tahun 2018. *J Keperawatan Abdurrah*. 2018;2(1):74–84.
- [5] Nuraidah NT. Pengaruh edukasi penanganan tersedak pada anak usia di bawah lima tahun (balita) terhadap pengetahuan orang tua. *J Ilm Wijaya*. 2022;14(2):74–82.
- [6] Ardianty S, S I. Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media video terhadap pengetahuan orang tua dalam menangani balita tersedak di wilayah kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*. 2024;2(1):35–42.
- [7] Sawitri H, Maulina N, Rahayu MS, Nadira CS, Gustri SA, Zikri SA. Penerapan model prediksi risiko penyakit jantung koroner melalui skrining kadar gula darah, kadar kolesterol dan tekanan darah serta pemanfaatan buku saku sebagai panduan pencegahan dan early diagnosis pada masyarakat Desa Reuleut Timu Kecamatan Muara Batu Kabupaten Aceh Utara. *J Vokasi*. 2024;8(3):355–362.
- [8] Nurhayati R, Hasanah D. Pemberdayaan kader kesehatan dalam pertolongan pertama tersedak pada balita di masyarakat. *J Abdimas Kesehatan Indones*. 2022;3(2):77–84.
- [9] Sari R, Nugraha A. Pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat tentang penanganan kegawatdaruratan pada anak. *J Abdimas Medika*. 2021;5(1):33–40.
- [10] Putri DA, Rahmadani T, Syahrul H. Efektivitas pelatihan pertolongan pertama terhadap peningkatan keterampilan masyarakat dalam menangani keadaan darurat. *J Pengabdian Kesehat*. 2020;3(2):45–52.
- [11] Pondete MA, Sambuaga Y, Tiwow G. Education for parents regarding choking prevention and handling on children. *Int J Public Health Sci*. 2022;11(1):226–33.