

**PENGABDIAN MASYARAKAT**  
**PELATIHAN PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN (P3K)**  
**UNTUK MAHASISWA UNIVERSITAS ATMAJAYA**  
**YOGYAKARTA**

**OLEH :**  
**Tri Wahyuni Ismoyowati, S.Kep., Ns., M.Kep**  
**NUP 9905545995**



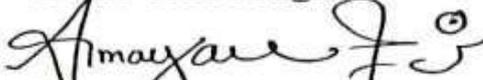
**PRODI S1 KEPERAWATAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM**  
**YOGYAKARTA**  
**2016/2017**

**HALAMAN PENGESAHAN  
PENGABDIAN MASYARAKAT DOSEN**

1. Judul :  
Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Untuk Mahasiswa Universitas Atmajaya Yogyakarta.
2. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : Tri Wahyuni Ismoyowati, S.Kep., Ns., M.Kep
  - b. NIDN : 9905545995
  - c. Jabatan/Golongan : Dosen
  - d. Program Studi : S1-Keperawatan
  - e. Perguruan Tinggi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
  - f. Bidang Keahlian : Keperawatan
  - g. Alamat Kantor/Telp : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta  
(0274) 517065
4. Anggota Tim Pengusul
  - a. Mahasiswa yang terlibat : 5 orang
5. Lokasi Kegiatan/Mitra
  - a. Wilayah Mitra : Universitas Atma Jaya Yogyakarta
  - b. Kabupaten/Kota : Yogyakarta
  - c. Propinsi : Jawa Tengah
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 7 km
7. Luaran yang dihasilkan : Mampu memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan
8. Jangka waktu Pelaksanaan : 1 hari

Yogyakarta, 12 Februari 2018

Ketua Tim Pengusul

  
(Tri Wahyuni I, S.Kep., Ns., M.Kep)  
NIDN 9905545995

Mengetahui,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum



  
(Niken WN Palupi, S.Kp., M.Kes)  
NIDN 0513025501

Mengetahui  
Ketua Lembaga Pengabdian

  
(Isnanto, S.Kep., Ns., MAN)  
NIDN 0503098301

# Pertolongan Pertama Pada Penurunan Kesadaran (Pingsan)

Tri Wahyuni Ismoyowati., S.Kep., Ns., M.Kep





# Pengertian:

Pingsan adalah hilangnya kesadaran sementara yang terjadi secara tiba-tiba dan sering menyebabkan orang yang mengalaminya terjatuh.

Pingsan bisa terjadi saat tekanan darah mendadak turun yang mengakibatkan berkurangnya aliran darah ke otak. Hal inilah yang menyebabkan otak kekurangan oksigen.

# Gejala:

- ▶ Berkeringat dingin.
  - ▶ Menguap.
  - ▶ Mual
  - ▶ Linglung.
  - ▶ Pandangan kabur.
  - ▶ Telinga berdenging.
- 

# Penyebab:

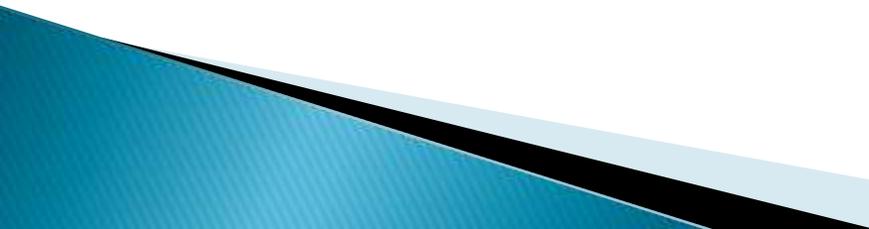
- ▶ Malfungsi yang bersifat sementara pada sistem saraf otonom. Dipicu oleh stres, rasa sakit yang terjadi tiba-tiba, berdiri terlalu lama, tertawa, serta bersin.
- ▶ Tekanan darah yang mendadak turun, misalnya karena terlalu cepat berdiri dari posisi duduk atau tidur, diabetes, dehidrasi, gangguan saraf, serta obat-obatan (misalnya, obat anti-hipertensi).

- ▶ **Gangguan jantung.** Kondisi ini bisa mengganggu kelancaran aliran darah ke otak.
  - ▶ **Kejang.**
  - ▶ **Trauma/injury:** kecelakaan, tenggelam dsb.
- 

# Penanggulangan:

- ▶ Menghindari faktor yang mungkin menjadi pemicu, misalnya stres atau cuaca panas.
  - ▶ Mengenali gejala-gejala tertentu yang Anda alami sebelum pingsan, misalnya pusing atau berkeringat dingin.
  - ▶ Segera berbaring atau duduk jika merasakan tanda-tanda akan pingsan.
- 

# Langkah–langkah Pertolongan:

- ▶ Periksa pernapasan pasien.
  - ▶ Baringkan pasien dan letakkan kakinya lebih tinggi dari jantung. Jika situasi ini tidak memungkinkan, dudukkan pasien dan letakkan kepalanya di antara lutut dengan membungkuk.
  - ▶ Longgarkan pakaian atau aksesoris yang terlalu ketat, misalnya ikat pinggang.
  - ▶ Jangan diberikan makan dan minum.
- 

- ▶ Jika penderita tidak kunjung sadar selama lebih dari dua menit, segera hubungi rumah sakit agar penanganan darurat dapat dilakukan. Selama menunggu, baringkan pasien pada posisi miring, letakkan kepala pasien pada posisi menengadah agar saluran pernapasannya lancar, dan pantau pernapasan serta denyut nadinya.

# Pingsan karena henti jantung???

## Bagaimana Cara menolong??



Jika ditemukan korban dengan:

1. Tidak sadar
2. Tidak ada denyut nadi
3. Tidak ada pernafasan



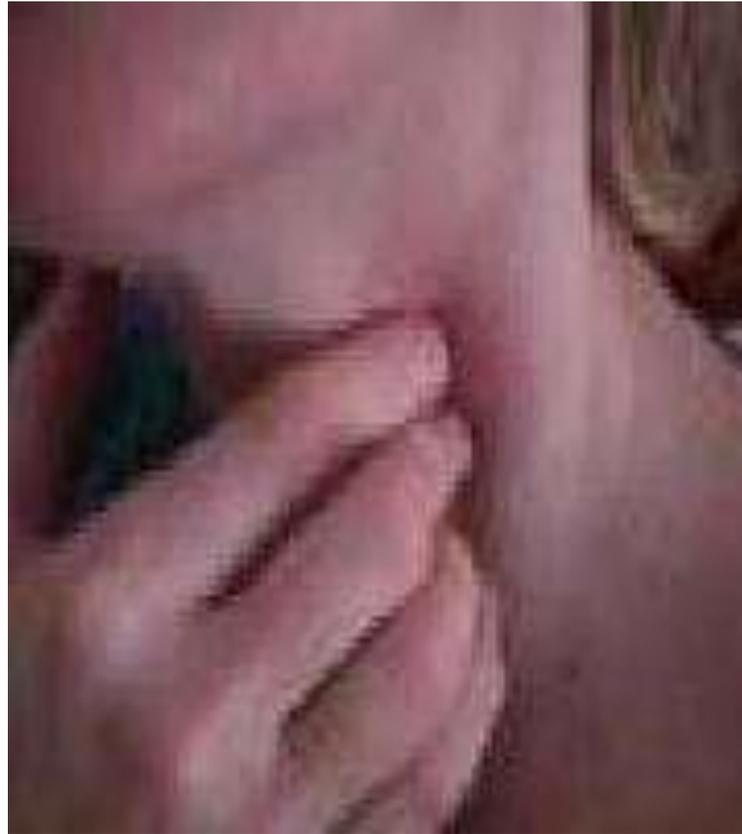
Henti Jantung Mendadak

# Henti Jantung Mendadak

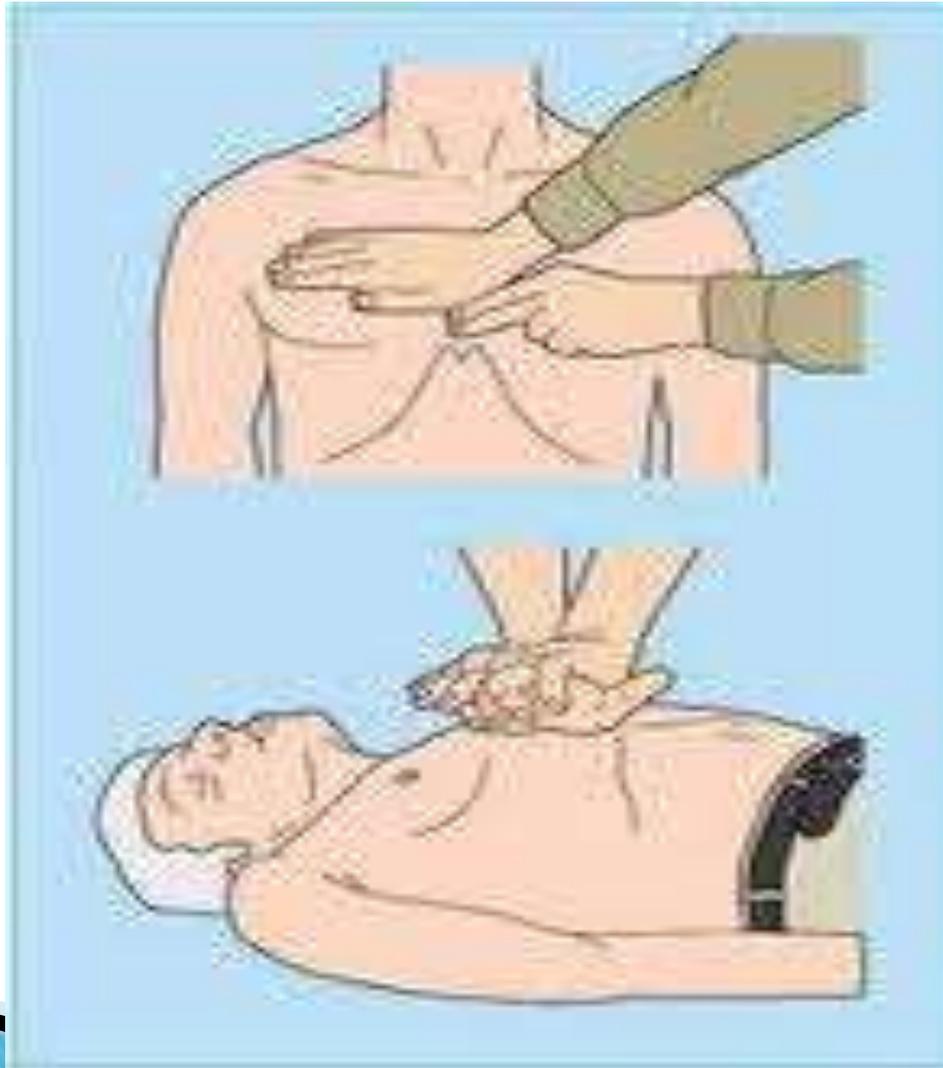
Henti Jantung Mendadak adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan hilangnya fungsi jantung secara tiba-tiba dan tidak terduga, diikuti hilangnya kesadaran dan akhirnya hilangnya kemampuan untuk bernafas.

Setiap 1 menit terjadi kerusakan otak sebanyak 10%.

# Cek Nadi Karotis:



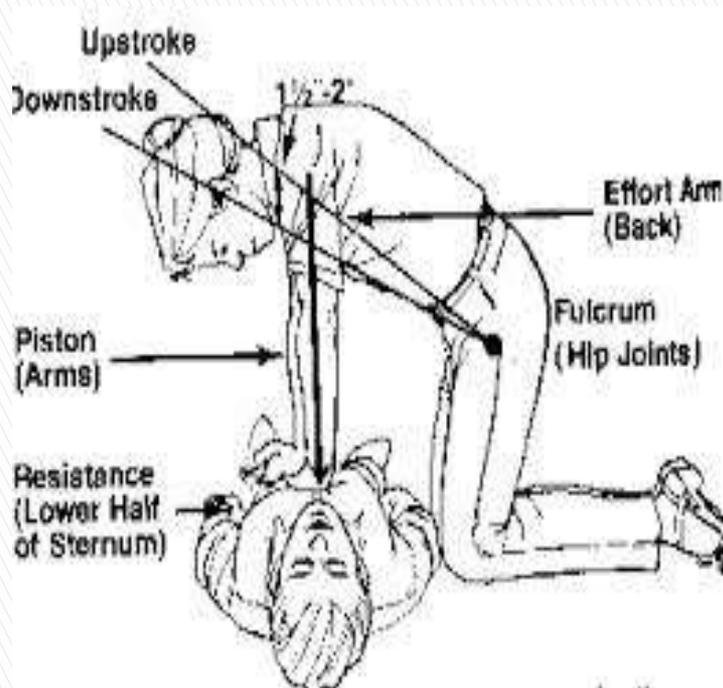
# Cara Menentukan Titik Kompresi



# CPR/RJP



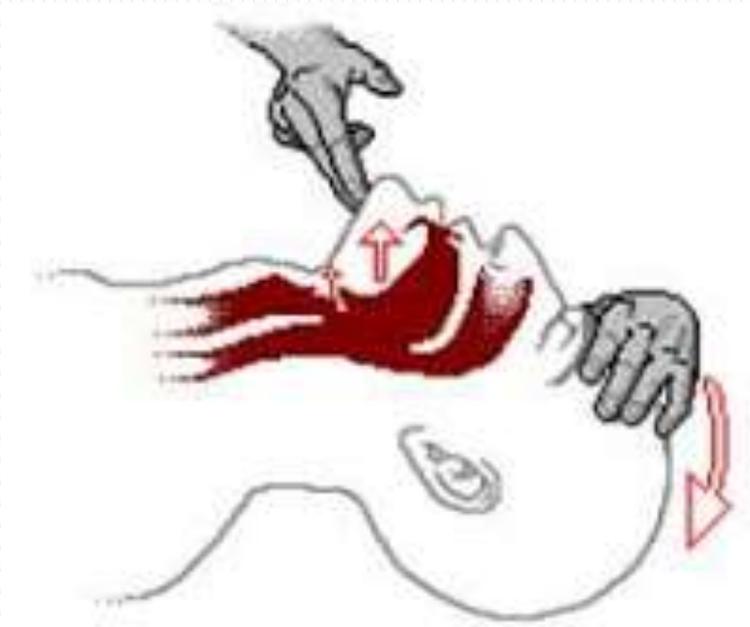
# Posisi yang benar saat RJP:



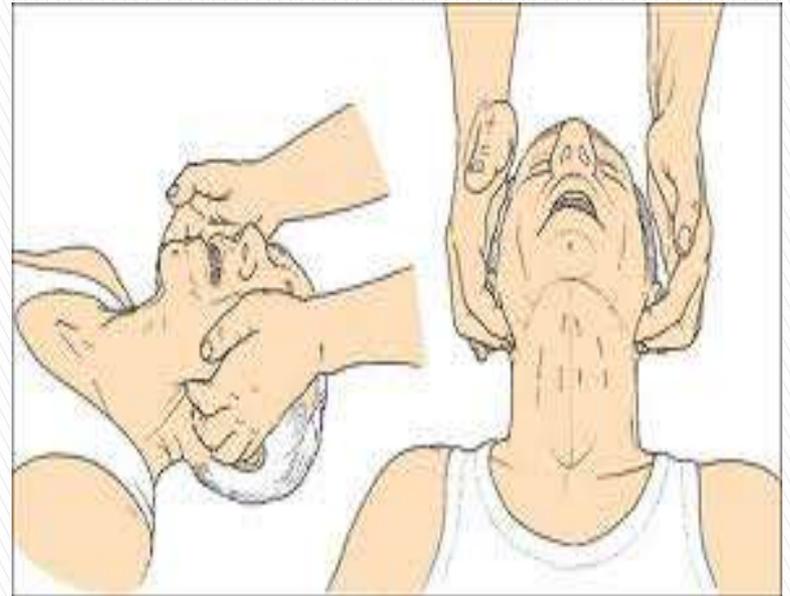
Dari samping

Dari depan

# Membuka Jalan Nafas:



Head tilt chin lift



Jaw thrust manuever

# Bantuan Pernafasan:



Mulut ke mulut



Mulut ke masker

## Compresi pada Bayi

Untuk bayi, dengan 1 orang penolong dilakukan dengan menekan pada tulang dada dengan menggunakan 2 jari yg ditempatkan diantara garis puting susu. Jangan menekan diatas tulang iga atau prosesus xiphoideus. Penolong harus menekan setidaknya 1/3 dari kedalaman dada, atau sekitar 4 cm (1,5 inchi).



## Lanjutan

Apabila dilakukan oleh 2 orang penolong, gunakan 2 ibu jari, sementara jari tangan yang lain melingkupi punggung pasien.



# Langkah – langkah:

1. Kaji respon penderita (panggil, goncangan lembut, rangsang nyeri), lihat nafas, bila tidak ada atau nafas gasping/mendengkur, atau nafas tidak normal.
2. Check nadi Carotis tidak lebih dari 10 detik, segera aktifkan sistem emergency (118 atau UGD RS terdekat).
3. Bila nadi tidak teraba, atau ragu-ragu, segera mencari titik kompresi.
4. Tempatkan 1 tangan pada titik tersebut, tangan yang lain diletakkan di atasnya dengan posisi saling bertautan, untuk anak dapat menggunakan satu tangan atau dua tangan seperti pada orang dewasa, sedangkan pada bayi menggunakan 2 atau tiga jari dengan 1 orang penolong dan menggunakan 2 ibu jari serta jari yang lain melingkupi punggung pasien untuk 2 orang penolong.

# Cek Respon :

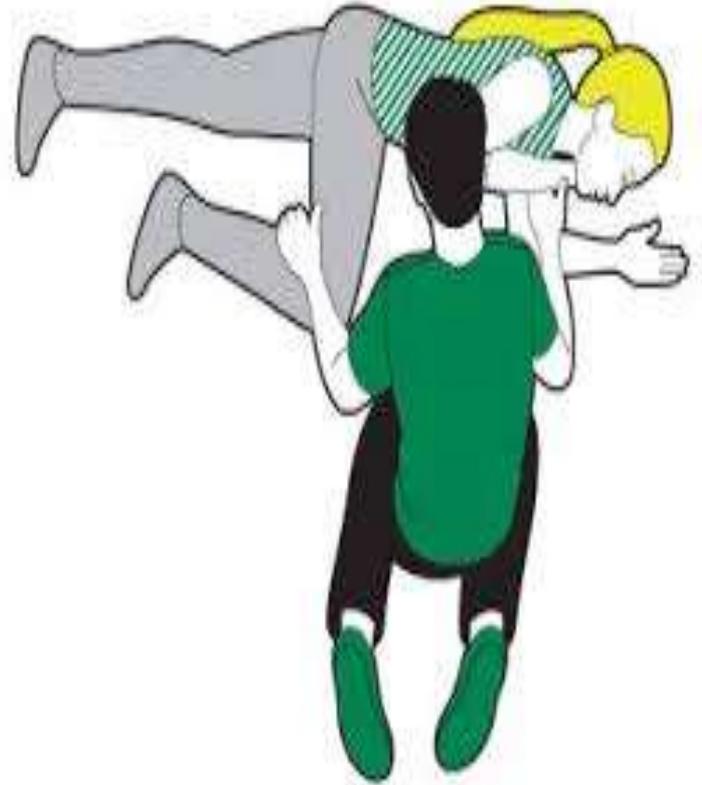


**FIGURE 3-3** Determine if the person is conscious.

5. Lakukan kompresi 30 kali, kecepatan tidak kurang dari 100x/menit atau sekitar 18 detik untuk 1 atau 2 orang penolong pada pasien dewasa, lihat langkah 9).
  6. Buka jalan nafas (head tilt–chin lift atau jaw thrust).
  7. Keluarkan benda asing yang ada di mulut (fingers sweep/sapuan jari)
  8. Berikan 2 kali bantuan nafas ( 1 detik/nafas) kaji adanya pengembangan dada.
  9. Lanjutkan CPR sampai 5 siklus ( setiap siklus terdiri dari 30 kompresi: 2 ventilasi untuk dewasa dengan 1 atau 2 penolong, pada anak–anak dan bayi 30 kompresi : 2 ventilasi dengan 1 penolong dan 15 kompresi : 2 ventilasi dengan 2 penolong).
- 

10. Setelah 5 siklus CPR, periksa nadi carotis.
  11. Bila belum ada, lanjutkan CPR 5 siklus lagi, bila nadi teraba, lihat pernafasan (bila belum ada upaya nafas), berikan bantuan nafas dan check nadi setiap 2 menit.
  12. Bila nadi dan nafas ada, lakukan pemeriksaan adanya luka, perdarahan dan patah tulang).
  13. Berikan posisi posisi, bila tidak ada kontraindikasi.
- 

# Posisi Aman:



## Evaluasi:

- ▶ Cek nadi karotis, bila ada denyut maka berarti jantung sudah berdenyut kembali.
  - ▶ Gerakan dada naik/turun dengan baik saat memberikan bantuan napas.
  - ▶ Warna kulit penderita berangsu-angsur kembali membaik.
  - ▶ Mungkin ada reflek menelan dan bergerak
  - ▶ Nadi akan berdenyut kembali.
- 

# *Penghentian RJP:*

1. Jika penderita sudah tidak memberikan respon yang stabil.
  2. Pupil dilatasi maksimal
  3. Tidak ada respon spontan setelah RJP selama 15–30 menit
  4. Gambaran EKG sudah flat
- 

Terima Kasih ...

