p-ISSN: 2963-7856| e-ISSN: 2961-9890
Available online at jerkin.org/index.php/jerkin
Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan
Volume 5 No 2, Oktober-Desember 2026, pp 4961-4968

Pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) / *Cardiopulmonary Resuscitation (CPR)* Pada UKM Olahraga FKIP Universitas Tadulako

Ryo Sinung Primadana[1]*, Gunawan[2], Gustaman Candra Pardini[3], Endrawan Budi Prakosa[4]
[1,2,3,4,]Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Tadulako, Jl. Untad 1 Vatutela Kelurahan Tondo Kecamatan Mantikulore Kota Palu Sulawesi Tengah, Kode Pos 9411, Indonesia).
E-mail: ryosinung@gmail.com
*Corresponding Author
https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.8049

ARTICLE INFO

Article history:
Received: 27 Sep 2026
Revised: 03 Oct 2026
Accepted: 30 Oct 2026

Kata Kunci:
Pelatihan, Resusitasi Jantung Paru (RJP), Cardiopulmonary Resuscitation (CPR), UKM Olahraga

Keywords:
Training, Cardiopulmonary Resuscitation, CPR, Student Sports Club, Basic Life Support

ABSTRACT

Henti jantung mendadak pada aktivitas olahraga menuntut kesiapsiagaan pertolongan pertama dari orang-orang yang berada paling dekat dengan korban. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dasar Resusitasi Jantung Paru (RJP) anggota Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Olahraga FKIP Universitas Tadulako. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan edukasi serta demonstrasi dan praktik langsung menggunakan manikin RJP, yang dilaksanakan melalui tiga tahap: persiapan, pelaksanaan pelatihan, dan evaluasi. Materi mencakup pengenalan RJP, tahapan dan teknik RJP yang benar, praktik simulasi, serta penanganan awal dan keselamatan penolong. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh rangkaian pelatihan terlaksana dengan partisipasi peserta yang tinggi, mulai dari penyuluhan hingga sesi demonstrasi dan praktik langsung. Pembahasan berdasarkan literatur menunjukkan bahwa pelatihan berbasis demonstrasi dan praktik sejalan dengan prinsip pembelajaran resusitasi yang efektif, tetapi retensi keterampilan memerlukan pelatihan penyegaran berkala. Luaran kegiatan berupa penguatan kompetensi mahasiswa sebagai calon kader RJP, materi edukasi, dan artikel ilmiah.

Sudden cardiac arrest during sport demands immediate first aid from the people closest to the victim. This community service program aimed to improve the knowledge and basic skills of cardiopulmonary resuscitation (CPR) among members of the Student Sports Club (UKM Olahraga) at the Faculty of Teacher Training and Education, Tadulako University. The program combined counselling and education with demonstration and hands-on practice using CPR manikins, delivered in three stages: preparation, training, and evaluation. The material covered an introduction to CPR, correct CPR steps and techniques, simulation practice, and initial management and rescuer safety. The training was carried out as planned with strong participant involvement, from the lecture to the demonstration and hands-on sessions. A discussion grounded in the literature indicates that the demonstration-and-practice design is consistent with effective resuscitation education principles, while skill retention requires periodic refresher training. The outputs were strengthened student competence as prospective CPR cadres, educational materials, and a scientific article.

This is an open access article under the CC–BY-SA license.

How to Cite : Ryo Sinung Primadana et al. (2026), Pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) / *Cardiopulmonary Resuscitation (CPR)* Pada UKM Olahraga FKIP Universitas Tadulako 5(2).https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i2.8049

PENDAHULUAN

Henti jantung mendadak (*sudden cardiac arrest*) adalah kegawatdaruratan yang menuntut respons dalam hitungan menit. Penyakit kardiovaskular sendiri masih menjadi penyebab kematian utama di dunia (World Health Organization [WHO], 2023), dan banyak kejadian henti jantung berlangsung di luar fasilitas pelayanan kesehatan sehingga pertolongan dari orang di sekitar korban menjadi penentu pada menit-menit awal. Sintesis atas berbagai studi menunjukkan bahwa henti jantung yang disaksikan orang lain dan pemberian resusitasi jantung paru (RJP) oleh orang awam termasuk faktor yang berkaitan dengan peluang hidup yang lebih baik (Sasson et al., 2010).

Di Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), dengan merujuk pada estimasi *Institute for Health Metrics and Evaluation* tahun 2019, melaporkan bahwa penyakit kardiovaskular

menyebabkan sekitar 651.481 kematian per tahun, atau rata-rata sekitar 1.800 kematian setiap hari. Besarnya beban tersebut berarti peluang terjadinya henti jantung di tengah masyarakat tidak kecil, sementara bantuan medis profesional tidak selalu dapat tiba dalam waktu kritis yang tersedia bagi korban.

Konteks olahraga menambah dimensi urgensi tersendiri. Aktivitas fisik pada umumnya menyehatkan jantung, tetapi latihan atau pertandingan berintensitas tinggi dapat memicu henti jantung pada individu yang memiliki kelainan jantung yang belum terdiagnosis. Studi selama dua dekade pada atlet perguruan tinggi di Amerika Serikat melaporkan bahwa kematian jantung mendadak tetap merupakan penyebab kematian medis yang penting pada atlet; insidennya menurun selama periode pengamatan, tetapi masih lebih tinggi pada kelompok tertentu, misalnya atlet laki-laki dan pemain bola basket (Petek et al., 2024).

Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Tadulako, Palu, menghimpun mahasiswa dengan minat dan bakat pada berbagai cabang olahraga. Sebagian anggotanya berasal dari Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) sehingga secara akademik dekat dengan ilmu keolahragaan dan kesehatan. Kedekatan akademik tersebut belum menjamin kecakapan teknis pertolongan pertama. Observasi awal dan wawancara informal tim pengabdi menunjukkan bahwa sebagian besar anggota belum pernah mengikuti pelatihan RJP yang terstruktur, padahal mereka rutin terlibat dalam aktivitas fisik yang berpotensi menimbulkan kondisi gawat darurat. Dengan demikian, mitra menghadapi tiga permasalahan prioritas, yaitu (1) rendahnya pengetahuan tentang RJP, (2) belum tersedianya program pelatihan pertolongan pertama yang terstruktur, dan (3) kurangnya pemahaman tentang risiko kegawatdaruratan dalam olahraga.

Urgensi ini semakin nyata di Kota Palu yang masih berbenah pascagempa bumi dan tsunami 2018, ketika pemerataan layanan kesehatan darurat masih menjadi tantangan. Pada kondisi demikian, kemampuan masyarakat, termasuk mahasiswa, untuk memulai pertolongan pertama menjadi mata rantai yang tidak tergantikan dalam rantai kelangsungan hidup. Bagi calon guru pendidikan jasmani, kompetensi ini bermakna ganda: melindungi diri dan rekan, serta kelak melindungi peserta didik dan meneruskan keterampilan tersebut kepada mereka. Pelatihan RJP bagi pelajar sekolah sendiri telah dikaji sebagai salah satu cara untuk meningkatkan angka RJP oleh orang awam (Plant & Taylor, 2013).

Gambar 1. Peserta dan tim pelaksana pelatihan RJP/CPR di FKIP Universitas Tadulako

Pelatihan ini merupakan wujud pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian kepada masyarakat, oleh Program Studi PJKR FKIP Universitas Tadulako. Tujuan kegiatan adalah (1) meningkatkan pengetahuan anggota UKM Olahraga tentang konsep, pentingnya, dan protokol RJP dalam konteks aktivitas fisik dan olahraga; (2) membentuk kader mahasiswa yang kompeten dalam RJP sebagai sumber daya pertolongan pertama di lingkungan UKM, FKIP, dan komunitas yang lebih luas; serta (3) mendukung pembentukan kompetensi profesional calon guru pendidikan jasmani yang bertanggung jawab terhadap keselamatan peserta didik. Artikel ini memaparkan pelaksanaan, hasil, dan pembahasan kegiatan tersebut dengan merujuk pada literatur sejenis.

METODE

Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk pelatihan dengan dua metode utama, yaitu (1) penyuluhan dan edukasi serta (2) demonstrasi dan praktik langsung. Pemilihan metode ini mempertimbangkan bahwa RJP adalah keterampilan psikomotor yang tidak cukup dipahami secara teoretis, melainkan harus dilatih secara langsung dengan alat peraga (Cheng et al., 2018).

Copyright © 2026, Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan
ISSN 2963-7856 (print), ISSN 2961-9890 (online)

Lokasi, Waktu, dan Peserta

Pelatihan diselenggarakan di lingkungan FKIP Universitas Tadulako, Palu, pada 8 September 2026. Peserta adalah anggota Unit Kegiatan Olahraga Mahasiswa FKIP (UKOKIP) Universitas Tadulako sebanyak 62 orang. Tim pelaksana terdiri atas dosen Program Studi PJKR FKIP Universitas Tadulako dengan dukungan mahasiswa. Sarana yang digunakan meliputi manikin RJP, laptop dan proyektor, spanduk kegiatan, serta materi edukasi cetak.

Tahapan Kegiatan

Kegiatan dirancang dalam tiga tahap, yaitu persiapan dan pemberitahuan kepada mitra, pelaksanaan pelatihan yang mencakup teori dan praktik, serta evaluasi, monitoring, dan pelaporan, sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 1. Materi pelatihan terdiri atas empat pokok bahasan yang diurutkan dari pemahaman konsep menuju keterampilan praktik (Tabel 2).

Tabel 1. Rencana kegiatan pelatihan RJP/CPR

No	Uraian Kegiatan	Tujuan	Sasaran
1	Pemberitahuan pelaksanaan kegiatan kepada UKM Olahraga	Menyampaikan informasi bahwa pelatihan RJP/CPR akan segera dilaksanakan	Peserta kegiatan
2	Pelaksanaan pelatihan	Melaksanakan seluruh rangkaian pelatihan yang mencakup teori dan praktik (dirancang selama dua hari)	Peserta kegiatan
3	Evaluasi, monitoring, dan pelaporan	Mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan yang dilaksanakan	Peserta kegiatan

Tabel 2. Materi pelatihan RJP/CPR

No	Materi	Bentuk penyampaian
1	Pengenalan RJP (Resusitasi Jantung Paru)	Penyuluhan dengan tayangan slide
2	Tahapan dan teknik RJP yang benar	Penyuluhan dan demonstrasi pada manikin
3	Praktik simulasi RJP	Simulasi dan praktik langsung
4	Penanganan awal dan keselamatan penolong	Penyuluhan dan diskusi

Substansi teknik RJP mengacu pada pedoman *European Resuscitation Council* (Perkins et al., 2015), yaitu mengenali henti jantung (korban tidak responsif dan tidak bernapas secara normal), mengaktifkan layanan gawat darurat dan meminta alat defibrilator eksternal otomatis (AED), melakukan kompresi dada pada bagian tengah dada dengan frekuensi 100–120 kali per menit dan kedalaman sekitar 5–6 cm pada orang dewasa, membiarkan dada mengembang penuh di antara kompresi, meminimalkan jeda, serta menerapkan rasio kompresi dan ventilasi 30:2 bagi penolong terlatih. Aspek keselamatan penolong, yakni memastikan lingkungan aman sebelum mendekati korban, dibahas sebagai bagian dari materi keempat.

Teknik Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung terhadap peserta saat mempraktikkan RJP pada manikin serta diskusi selama sesi berlangsung. Sesuai rencana kegiatan, keberhasilan target peningkatan pengetahuan dan pemahaman diukur dari kemampuan peserta mempraktikkan RJP secara langsung. Data dianalisis secara deskriptif.

Gambar 2. Penyampaian materi dan demonstrasi awal oleh tim pengabdi

Gambar 3. Peserta menyimak demonstrasi teknik kompresi dada pada manikin RJP

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dibuka dengan pemaparan materi melalui tayangan slide di ruang pelatihan, dengan spanduk kegiatan terpasang sebagai identitas program (Gambar 1 dan Gambar 2). Ruang pelatihan terisi penuh oleh peserta yang duduk dan berdiri mengelilingi meja peragaan. Tim pengabdi kemudian beralih ke sesi simulasi dan praktik langsung. Narasumber memperagakan teknik kompresi dada pada manikin dengan kedua tangan bertumpu pada bagian tengah dada, sementara peserta mengamati dari jarak dekat dan menyimak penjelasan langkah demi langkah (Gambar 3 dan Gambar 4). Penggunaan manikin memungkinkan peserta melihat posisi tangan, arah tumpuan tubuh penolong, dan irama kompresi tanpa risiko bagi korban.

Rangkaian kegiatan mencakup keempat pokok materi yang direncanakan, yaitu pengenalan RJP, tahapan dan teknik yang benar, praktik simulasi, serta penanganan awal dan keselamatan penolong. Urutan dari konsep ke praktik ini membantu peserta memahami alasan di balik setiap langkah sebelum mencobanya secara langsung. Capaian kegiatan terhadap target yang ditetapkan diringkas pada Tabel 3.

Tabel 3. Ringkasan capaian kegiatan terhadap target

Target	Indikator	Capaian
Peningkatan pengetahuan dan pemahaman	Persentase peserta yang memahami teori RJP	Empat pokok materi tersampaikan melalui penyuluhan dan diskusi;
Peningkatan keterampilan praktik	Kemampuan peserta mempraktikkan RJP pada manikin	Demonstrasi dan sesi praktik langsung terlaksana;
Pembentukan kader RJP	Mahasiswa dibekali kompetensi sebagai sumber daya pertolongan pertama	Peserta dibekali pengetahuan dan keterampilan dasar RJP sebagai modal menjadi kader di UKM dan FKIP
Dokumentasi ilmiah dan publikasi	Ketersediaan materi edukasi dan artikel jurnal terakreditasi	Materi edukasi tersedia; artikel ini disusun sebagai luaran publikasi

Copyright © 2026, Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan
ISSN 2963-7856 (print), ISSN 2961-9890 (online)

Pembahasan

Bagian ini memaknai pelaksanaan dan capaian kegiatan dengan menghubungkannya pada temuan penelitian terdahulu, baik yang sejalan maupun yang memberi catatan kritis terhadap pendekatan pelatihan sejenis.

Urgensi kesiapsiagaan RJP pada lingkungan olahraga mahasiswa

Antusiasme peserta yang tampak pada pelaksanaan kegiatan sejalan dengan kebutuhan yang dipetakan pada tahap awal, yakni belum adanya pelatihan RJP terstruktur bagi anggota UKM. Kebutuhan ini beralasan. Petek et al. (2024) mencatat bahwa insiden kematian jantung mendadak pada atlet perguruan tinggi menurun selama 20 tahun pengamatan (rasio laju insiden lima tahunan 0,71), namun risikonya tetap lebih tinggi pada kelompok tertentu. Penurunan itu mungkin mencerminkan kemajuan strategi pencegahan, tetapi tidak menghapus kebutuhan akan penolong yang siap di lapangan. Justru karena kejadiannya jarang, orang yang berada di lokasi cenderung tidak terbiasa menghadapinya ketika benar-benar terjadi.

Catatan kritis perlu disampaikan. Data Petek et al. (2024) berasal dari atlet kompetitif di Amerika Serikat, sehingga tidak dapat langsung digeneralisasi pada mahasiswa anggota UKM di Indonesia; risiko absolut bagi individu pada populasi mitra kemungkinan rendah, dan data insiden pada populasi serupa di Indonesia belum kami temukan. Namun nilai pelatihan RJP tidak hanya ditentukan oleh risiko di dalam kelompok mitra. Penolong terlatih dapat bertindak bagi rekan, penonton, anggota keluarga, maupun orang asing, dan RJP oleh orang awam merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan kelangsungan hidup setelah henti jantung (Sasson et al., 2010). Argumen inilah yang menopang gagasan pembentukan kader RJP di lingkungan UKM dan FKIP.

Efektivitas pelatihan berbasis demonstrasi dan praktik langsung

Rancangan kegiatan yang memadukan penyuluhan, demonstrasi, dan praktik pada manikin selaras dengan prinsip pembelajaran resusitasi yang dirumuskan oleh pernyataan ilmiah *American Heart Association*. Cheng et al. (2018) menekankan *mastery learning* dan latihan yang disengaja (*deliberate practice*), umpan balik dan *debriefing*, pembelajaran kontekstual, serta praktik berjarak (*spaced practice*) sebagai unsur pelatihan yang memperbaiki kinerja. Kegiatan ini telah memenuhi beberapa unsur tersebut, yakni demonstrasi langsung, praktik pada alat peraga, dan pengaitan materi dengan konteks olahraga. Unsur praktik berjarak dan umpan balik terukur berbasis alat belum terpenuhi sepenuhnya karena kegiatan dilaksanakan sebagai intervensi tunggal.

Gambar 4. Peragaan kompresi dada oleh narasumber sebagai dasar praktik peserta

Hasil pelatihan sejenis di Indonesia menunjukkan arah yang konsisten. Ramadia et al. (2021) melaporkan bahwa pelatihan RJP pada anggota Palang Merah Remaja meningkatkan skor pengetahuan rata-rata dari 7,56 menjadi 13,04 dengan uji t berpasangan bermakna secara statistik. Zenani et al. (2022) dalam tinjauan sistematis menyimpulkan bahwa pelatihan RJP di lingkungan sekolah efektif mengubah pengetahuan dan keterampilan remaja. Kesesuaian arah ini menguatkan keyakinan bahwa format yang digunakan dalam kegiatan ini layak dipertahankan.

Meskipun demikian, kedua sumber tersebut menyiratkan kehati-hatian dalam menafsirkan klaim efektivitas. Ramadia et al. (2021) memakai desain satu kelompok pra-pasca tanpa kelompok kontrol, sehingga kenaikan skor tidak dapat dipisahkan dari efek pengulangan tes. Zenani et al. (2022) juga mencatat bahwa banyak studi yang ditinjau menilai pengetahuan dan keterampilan secara subjektif. Oleh karena itu, hasil kegiatan ini sebaiknya dibaca sebagai indikasi kelayakan dan penerimaan model pelatihan, bukan bukti kausal peningkatan keterampilan.

Pengetahuan teknis tidak otomatis berubah menjadi tindakan. Tanigawa et al. (2011) menemukan bahwa saksi mata dengan pengalaman pelatihan RJP 3,40 kali lebih mungkin melakukan RJP

dibandingkan yang tidak pernah dilatih (IK 95% 1,31–8,85), sehingga mendukung investasi pada pelatihan. Namun, penulis yang sama menegaskan perlunya studi lanjutan untuk membuktikan pengaruh pelatihan terhadap kelangsungan hidup korban. Temuan Swor et al. (2006) menambah nuansa: orang yang pernah dilatih jauh lebih mungkin melakukan RJP, tetapi di antara saksi terlatih yang tidak melakukannya, sekitar 37% mengaku panik dan sekitar 9% khawatir tidak melakukannya dengan benar.

Temuan tersebut bersifat kontra terhadap anggapan bahwa pelatihan teknis saja sudah cukup. Bagi UKM Olahraga, implikasinya jelas: pelatihan perlu memuat komponen kesiapan emosional, misalnya skenario simulasi yang realistis dan bertekanan, seperti rekan yang tiba-tiba roboh saat latihan atau pertandingan, dengan pembagian peran antara penolong, pemanggil bantuan, dan pengambil AED. Sesi simulasi dan praktik langsung dalam kegiatan ini merupakan langkah awal ke arah tersebut, tetapi masih perlu diperdalam pada pelatihan lanjutan.

Catatan paling penting terhadap pelatihan sekali jalan datang dari kajian retensi keterampilan. Maaß et al. (2019) menilai 99 mahasiswa dewasa muda yang pernah menerima pelatihan pertolongan pertama bulan hingga tahun sebelumnya. Pada penilaian awal tanpa umpan balik, hanya 2% yang memenuhi kriteria kinerja pedoman *European Resuscitation Council*. Setelah menonton video instruksional sekitar enam menit dan berlatih singkat, 81% memenuhi kriteria, dan 96% tetap memenuhinya pada uji ulang 45 menit kemudian. Penulisnya menyimpulkan bahwa sertifikasi sekali selesai (*one-and-done*) tidak memadai dan bahwa penyegaran berintensitas rendah dapat efektif serta terjangkau.

Temuan ini bersifat kontra sekaligus konstruktif bagi kegiatan kami. Kontra, karena menunjukkan bahwa manfaat satu kali pelatihan dapat menyusut cepat tanpa pengulangan; hal ini sejalan dengan rekomendasi praktik berjarak oleh Cheng et al. (2018). Konstruktif, karena menunjukkan bahwa penyegaran tidak harus mahal. Einspruch et al. (2007) melalui uji acak terkontrol membandingkan retensi keterampilan dari kursus *Heartsaver* tradisional dengan pelatihan mandiri berbasis video selama 30 menit, dan studi tersebut kemudian dirujuk sebagai bukti bahwa pelatihan berbasis video dapat menyamai pelatihan yang dipandu instruktur (Maaß et al., 2019). Bagi UKM Olahraga, ini membuka peluang penyegaran semesteran menggunakan video singkat dan sesi latihan yang dipimpin oleh kader yang telah dilatih (*peer-led*), tanpa selalu menghadirkan instruktur.

Sebagian anggota UKM adalah calon guru pendidikan jasmani yang kelak bertanggung jawab atas keselamatan peserta didik di lapangan. Plant dan Taylor (2013) menelaah secara sistematis cara terbaik mengajarkan RJP kepada pelajar sekolah sebagai upaya meningkatkan angka RJP oleh orang awam, sedangkan Zenani et al. (2022) menyimpulkan bahwa pelatihan RJP di sekolah efektif pada remaja. Kedua rujukan ini memperlihatkan bahwa guru yang kompeten dan percaya diri dalam RJP dapat berperan ganda, sebagai penolong pertama dan sebagai pengajar keterampilan tersebut. Dengan demikian, pelatihan bagi mahasiswa PJKR berpotensi memberikan dampak berganda yang melampaui lingkup UKM.

Keberlanjutan manfaat kegiatan bergantung pada apakah peserta berubah dari penerima pelatihan menjadi kader yang aktif. Cheng et al. (2018) menekankan pengembangan instruktur secara berkelanjutan (*faculty development*) dan penyesuaian program dengan kebutuhan pembelajar (*knowledge translation*). Bagi UKM Olahraga, hal ini berarti memilih beberapa peserta terbaik sebagai instruktur sebaya, membekali mereka dengan panduan ringkas dan daftar periksa observasi, serta memasukkan penyegaran RJP ke dalam agenda rutin organisasi, misalnya pada awal masa kepengurusan. Penyesuaian dengan konteks juga penting: skenario latihan sebaiknya memakai situasi yang akrab bagi anggota, seperti rekan yang roboh saat sesi latihan atau pertandingan antarprogram studi, sehingga keterampilan yang dipelajari terasa relevan dan lebih mudah diingat.

Tabel 4 merangkum posisi temuan kegiatan ini terhadap studi-studi yang dibahas, termasuk catatan yang bersifat mendukung maupun kontra.

Tabel 4. Sintesis perbandingan dengan studi terdahulu

Studi	Temuan utama	Relasi dengan kegiatan ini
Petek et al. (2024)	Insiden kematian jantung mendadak atlet perguruan tinggi menurun selama 20 tahun, tetapi tetap lebih tinggi pada kelompok tertentu	Mendukung urgensi; generalisasi ke populasi mitra terbatas

Copyright © 2026, Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan
ISSN 2963-7856 (print), ISSN 2961-9890 (online)

Studi	Temuan utama	Relasi dengan kegiatan ini
Sasson et al. (2010)	RJP oleh saksi termasuk faktor yang berkaitan dengan kelangsungan hidup henti jantung	Mendukung pembentukan kader RJP
Ramadia et al. (2021)	Skor pengetahuan rata-rata naik dari 7,56 menjadi 13,04 setelah pelatihan RJP pada anggota PMR	Mendukung; desain tanpa kelompok kontrol
Zenani et al. (2022)	Pelatihan CPR di sekolah efektif mengubah pengetahuan dan keterampilan remaja	Mendukung; penilaian pada banyak studi bersifat subjektif
Tanigawa et al. (2011)	Saksi yang pernah dilatih 3,40 kali lebih mungkin melakukan RJP	Mendukung; pengaruh pada kelangsungan hidup belum terbukti
Swor et al. (2006)	Sekitar 37% saksi terlatih yang tidak melakukan RJP mengaku panik	Kontra/nuansa: perlu pelatihan kesiapan psikologis
Maaß et al. (2019)	Hanya 2% memenuhi kriteria pada retensi panjang; 96% memenuhinya setelah video singkat dan latihan	Kontra pelatihan sekali jalan; mendukung penyegaran berkala
Einspruch et al. (2007)	Membandingkan retensi keterampilan kursus tradisional dengan pelatihan mandiri video 30 menit	Mendukung opsi penyegaran berbasis video

SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan dan pembahasan kegiatan, dapat disimpulkan hal-hal berikut.

1. Pelatihan RJP/CPR pada UKM Olahraga FKIP Universitas Tadulako terlaksana sesuai rancangan, mencakup penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung dengan manikin, serta mendapat partisipasi aktif peserta.
2. Rancangan pelatihan sejalan dengan prinsip pembelajaran resusitasi yang efektif dan dengan hasil studi sejenis, tetapi bukti efektivitasnya masih perlu diperkuat dengan pengukuran yang lebih ketat.
3. Kesiapan psikologis dan retensi keterampilan merupakan faktor pembatas utama yang perlu ditangani melalui simulasi skenario dan pelatihan penyegaran berkala.

Secara praktis, kegiatan ini memberi UKM Olahraga basis kader yang dapat bertindak pada saat latihan, pertandingan, dan kegiatan kampus. Secara kelembagaan, hasilnya mendorong penyusunan prosedur kegawatdaruratan di UKM, misalnya alur pengaktifan layanan gawat darurat dan ketersediaan AED serta perlengkapan pertolongan pertama pada setiap kegiatan. Secara akademik, kegiatan ini menjadi dasar untuk mengintegrasikan RJP ke dalam mata kuliah keselamatan dan kesehatan olahraga di Program Studi PJKR, serta menyediakan materi edukasi yang dapat dipakai ulang. Dampak jangka panjang yang diharapkan adalah meningkatnya budaya keselamatan di lingkungan olahraga mahasiswa dan tersebarnya keterampilan RJP kepada komunitas yang lebih luas melalui para kader.

Evaluasi dalam kegiatan ini terbatas pada observasi praktik langsung dan diskusi, tanpa pengukuran pra-pasca terstandar, kelompok pembanding, ataupun penilaian kualitas kompresi berbasis alat umpan balik (frekuensi dan kedalaman). Kegiatan merupakan intervensi tunggal tanpa tindak lanjut retensi, melibatkan satu UKM, dan belum menilai kesiapan psikologis peserta. Karena itu, hasil tidak dapat digeneralisasi dan tidak boleh ditafsirkan sebagai bukti kausal.

Kegiatan lanjutan sebaiknya (1) menggunakan desain pra-pasca dengan kelompok pembanding dan instrumen pengetahuan yang terstandar; (2) menilai kualitas RJP memakai manikin berumpan balik; (3) melakukan penilaian ulang pada tiga dan enam bulan serta menyediakan penyegaran berbasis video dan praktik berjarak; (4) menambahkan penggunaan AED dan skenario simulasi bertekanan; serta (5)

mereplikasi pelatihan pada sekolah dan klub olahraga di Sulawesi Tengah dengan melibatkan kader terlatih sebagai instruktur sebaya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdi mengucapkan terima kasih kepada UKM Olahraga FKIP Universitas Tadulako, Program Studi PJKR, dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako atas dukungan dan kerja sama dalam pelaksanaan kegiatan ini. Serta tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Tadulako.

REFERENSI

Cheng, A., Nadkarni, V. M., Mancini, M. B., Hunt, E. A., Sinz, E. H., Merchant, R. M., Donoghue, A., Duff, J. P., Eppich, W., Auerbach, M., Bigham, B. L., Blewer, A. L., Chan, P. S., & Bhanji, F. (2018). Resuscitation education science: Educational strategies to improve outcomes from cardiac arrest: A scientific statement from the American Heart Association. *Circulation, 138*(6), e82–e122. https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000583

Einspruch, E. L., Lynch, B., Aufderheide, T. P., Nichol, G., & Becker, L. (2007). Retention of CPR skills learned in a traditional AHA Heartsaver course versus 30-min video self-training: A controlled randomized study. *Resuscitation, 74*(3), 476–486. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2007.01.030

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Cegah penyakit jantung dengan menerapkan perilaku CERDIK dan PATUH*. https://www.kemkes.go.id/id/cegah-penyakit-jantung-dengan-menerapkan-perilaku-cerdik-dan-patuh

Maaß, S. C., Sense, F., Gluck, K. A., & van Rijn, H. (2019). Keeping bystanders active: Resuscitating resuscitation skills. *Frontiers in Public Health, 7*, 177. https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00177

Perkins, G. D., Handley, A. J., Koster, R. W., Castrén, M., Smyth, M. A., Olasveengen, T., et al. (2015). European Resuscitation Council guidelines for resuscitation 2015: Section 2. Adult basic life support and automated external defibrillation. *Resuscitation, 95*, 81–99. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2015.07.015

Petek, B. J., Churchill, T. W., Moulson, N., Kliethermes, S. A., Baggish, A. L., Drezner, J. A., et al. (2024). Sudden cardiac death in National Collegiate Athletic Association athletes: A 20-year study. *Circulation, 149*(2), 80–90. https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.123.065908

Plant, N., & Taylor, K. (2013). How best to teach CPR to schoolchildren: A systematic review. *Resuscitation, 84*(4), 415–421. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2012.12.008

Ramadia, A., Redho, A., & Nofa, F. S. (2021). Pelatihan bantuan hidup dasar terhadap pengetahuan dan keterampilan anggota PMR. *Jurnal Keperawatan Silampari, 5*(1), 584–590. https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2972

Sasson, C., Rogers, M. A., Dahl, J., & Kellermann, A. L. (2010). Predictors of survival from out-of-hospital cardiac arrest: A systematic review and meta-analysis. *Circulation: Cardiovascular Quality and Outcomes, 3*(1), 63–81. https://doi.org/10.1161/CIRCOUTCOMES.109.889576

Swor, R., Khan, I., Domeier, R., Honeycutt, L., Chu, K., & Compton, S. (2006). CPR training and CPR performance: Do CPR-trained bystanders perform CPR? *Academic Emergency Medicine, 13*(6), 596–601. https://doi.org/10.1197/j.aem.2005.12.021

Tanigawa, K., Iwami, T., Nishiyama, C., Nonogi, H., & Kawamura, T. (2011). Are trained individuals more likely to perform bystander CPR? An observational study. *Resuscitation, 82*(5), 523–528. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2011.01.027

World Health Organization. (2023). *Cardiovascular diseases (CVDs): Key facts*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)

Zenani, N. E., Bello, B., Molekodi, M., & Useh, U. (2022). Effectiveness of school-based CPR training among adolescents to enhance knowledge and skills in CPR: A systematic review. *Curationis, 45*(1), a2325. https://doi.org/10.4102/curationis.v45i1.2325

Copyright © 2026, Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan
ISSN 2963-7856 (print), ISSN 2961-9890 (online)