BHINNEKA PUBLISHING

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT BHINNEKA
Volume 4, No. 4, Tahun 2026
https://bhinnekapublishing.com/ojsbp/index.php/Jpmb

***e-ISSN** : 2963-3753*

Edukasi dan Simulasi Teknik Heimlich Maneuver untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Siswa SMAN 3 Purwokerto Dalam Penanganan Tersedak

Nora Belinda[1], Amin Susanto[2], Murniati[3]
[1,2,3] *Universitas Harapan Bangsa, Indonesia*

Received : 2 Juli 2026, Revised : 7 Juli 2026, Published : 15 Juli 2026

Corresponding Author
Nama Penulis: Nora Belinda
E-mail: norabelinda23@gmail.com

Abstrak

Tersedak, atau choking, terjadi ketika benda asing menyumbat saluran napas, yang menyebabkan kesulitan bernapas dan dapat berakibat fatal. Salah satu cara untuk mengatasi tersedak adalah dengan menggunakan teknik Heimlich Maneuver, yang bekerja dengan memberikan tekanan pada rongga perut untuk mendorong diafragma ke atas. Edukasi mengenai penanganan tersedak sangat penting bagi remaja, mengingat kejadian tersedak bisa terjadi secara tiba-tiba di lingkungan sekolah, rumah, atau tempat umum. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada 29 September 2025 di SMAN 3 Purwokerto, dengan metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi, pre-test, post-test, dan penilaian keterampilan menggunakan ceklist. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa sebelum edukasi, mayoritas peserta (50%) memiliki pengetahuan di kategori cukup. Setelah edukasi, seluruh peserta (100%) menunjukkan peningkatan pengetahuan ke kategori baik, dengan peningkatan sebesar 50%. Dari segi keterampilan, sebelum demonstrasi, 93,3% peserta berada di kategori kurang terampil. Setelah demonstrasi, 80% peserta menunjukkan keterampilan yang baik, dengan peningkatan keterampilan sebesar 73,3%. Luaran dari kegiatan ini adalah video penanganan tersedak, SOP Heimlich Maneuver, leaflet edukasi, dan publikasi jurnal.
Kata kunci – *edukasi, heimlich maneuver, keterampilan, pengetahuan, tersedak*

Abstract

Choking occurs when a foreign object completely or partially blocks the airway, leading to difficulty breathing, which can be fatal. One of the ways to manage choking is through the Heimlich Maneuver, which involves applying pressure to the abdomen to push the diaphragm upwards. Education on choking management is essential for adolescents, as choking incidents can occur suddenly in schools, homes, or public places. This Community Service Activity was held on September 29, 2025, at SMAN 3 Purwokerto, using lectures, Q&A, demonstrations, pre-tests, post-tests, and performance assessment with checklists. The results of the activity showed that before the education, the majority of participants (50%) had knowledge in the "adequate" category. After the education, all participants (100%) improved their knowledge to the "good" category, with a 50% increase. In terms of skills, before the demonstration, 93.3% of participants were in the "less skilled" category. After the demonstration, 80% of participants showed improved skills, with a 73.3% increase in skill level. The outputs of this activity included a video on choking management, SOP for Heimlich Maneuver, educational leaflets, and a journal publication.
Keywords – *education, heimlich maneuver, skills, knowledge, choking*

How To Cite : *Belinda, N., Susanto, A., & Murniati, M. (2026). Edukasi dan Simulasi Teknik Heimlich Maneuver untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Siswa SMAN 3 Purwokerto Dalam Penanganan Tersedak . Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka, 4(4), 5908 - 5915. https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i4.1550*
Copyright *©2026 Nora Belinda, Amin Susanto, Murniati Murniati*

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Tersedak akibat obstruksi benda asing merupakan kegawatdaruratan medis yang sering terjadi, terutama pada anak dan remaja, serta dapat mengancam nyawa karena menyebabkan gangguan pernapasan dan kekurangan oksigen (Maisyaroh et al., 2022). Data CDC menunjukkan sekitar 17.000 anak di Amerika Serikat berusia di bawah 14 tahun dirawat di unit gawat darurat akibat tersedak, dengan 160 kasus kematian akibat obstruksi saluran napas (Amila et al., 2023). Di Indonesia, prevalensi kasus tersedak di RSUD dr. Harjono Ponorogo tercatat sebanyak 157 kasus pada tahun 2015 dan menurun menjadi 112 kasus pada tahun 2016 (Ismiatiningrum, 2022). Tersedak juga menjadi salah satu penyebab utama kematian yang tidak disengaja pada anak dan bayi, terutama pada mereka yang berusia di bawah 14 tahun, dimana korban akan mengalami kesulitan bernapas yang dapat berakibat fatal akibat kekurangan oksigen (Arfan & Puspito, 2024). Tersedak ringan umumnya masih ditandai dengan refleks batuk yang dapat membantu mengeluarkan benda asing secara spontan, sedangkan tersedak berat terjadi saat pertukaran udara terganggu, ditandai dengan batuk tanpa suara, sesak napas, mengi, suara serak, kebiruan, hingga ketidakmampuan berbicara atau bernapas sehingga membutuhkan penanganan medis segera (Elfeshawy et al., 2022; Karim et al., 2024).

Menurut World Health Organization, remaja merupakan penduduk dengan rentang usia 10–19 tahun dan rentan mengalami tersedak akibat makanan yang dibeli di sekolah. Penyebab tersedak meliputi makanan sebesar 59,5%, benda asing 31,4%, dan penyebab yang belum diketahui sebesar 9,1% (Marbun et al., 2024). Berdasarkan survei Departemen Dinas Kesehatan Nasional di Indonesia tahun 2014, kasus tersedak disebabkan oleh biji-bijian sebanyak 105 kasus, kacang-kacangan 82 kasus, sayuran 79 kasus, serta penyebab lain seperti logam, makanan, dan tulang ikan (Apriani, 2023). Selain makanan, benda asing non-makanan seperti mainan, koin, dan benda kecil lainnya juga menjadi penyebab umum tersedak pada anak yang dapat mengancam jiwa apabila tidak segera ditangani (Istiqomah et al., 2024). Heimlich maneuver merupakan salah satu teknik pertolongan pertama yang dikembangkan secara khusus untuk mengatasi obstruksi jalan napas akibat benda asing dengan cara memberikan hentakan ke atas pada rongga abdomen sehingga tekanan intrathorakal meningkat dan benda asing dapat terdorong keluar (Baso et al., 2023).

Respon awal seseorang saat tersedak biasanya memegangi leher, merasa tercekik, dan tampak panik. Salah satu teknik pertolongan pertama yang efektif untuk mengatasi tersedak adalah heimlich maneuver, yaitu pemberian tekanan pada abdomen untuk membantu mengeluarkan benda asing yang menyumbat saluran napas (Maisyaroh et al., 2022). Meskipun terbukti efektif, penerapan teknik heimlich maneuver di lingkungan sekolah masih minim karena kemampuan siswa dan guru dalam penanganan tersedak masih terbatas sehingga sering panik dan tidak mengetahui cara penanganan yang tepat. Padahal, keterampilan heimlich maneuver perlu dimiliki oleh seluruh lapisan masyarakat, termasuk siswa sekolah, sebagai bentuk kesiapsiagaan menghadapi kondisi kegawatdaruratan (Purnomo et al., 2021). Pertolongan pertama merupakan perawatan medis dasar yang diberikan dengan menggunakan pengetahuan yang dimiliki oleh anggota masyarakat atau seseorang yang telah menerima pelatihan, sehingga apabila diberikan dengan benar dan tepat waktu dapat menyelamatkan nyawa orang yang tersedak (Khayudin et al., 2022; Mansur & Marnii, 2022).

Sekolah sebagai lingkungan tempat siswa menghabiskan sebagian besar waktunya memiliki risiko tinggi terjadinya kasus tersedak, terutama saat jam makan dan aktivitas lainnya. Namun, kemampuan siswa dan tenaga pendidik dalam menangani kegawatdaruratan tersedak masih terbatas. Penelitian Purnomo et al. (2021) menunjukkan bahwa hanya 22,9% siswa SMA memiliki keterampilan baik dala penanganan tersedak sebelum diberikan pelatihan. Penelitian lain menunjukkan bahwa edukasi dan simulasi heimlich maneuver mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta sebesar 88%, dengan hasil post-test sebanyak 90% peserta mampu melakukan teknik tersebut dengan benar (Fitriana et al., 2024).

Metode edukasi yang komprehensif dan praktik langsung efektif meningkatkan keterampilan pertolongan pertama. Penelitian Hidayat et al. (2024) menunjukkan bahwa latihan praktik dapat meningkatkan kepercayaan diri dan keterampilan siswa dalam melakukan heimlich maneuver. Selain itu, Purnomo et al. (2021) menemukan bahwa setelah pelatihan, pengetahuan baik siswa meningkat dari 51,4% menjadi 82,9%, sedangkan keterampilan baik meningkat dari 22,9% menjadi 48,6% dan tidak ada lagi siswa dengan keterampilan kurang, sehingga pelatihan terbukti efektif meningkatkan kemampuan penanganan tersedak.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Berdasarkan survei pendahuluan di SMA Negeri 3 Purwokerto tahun 2025, hanya 25% siswa yang pernah mendengar tentang heimlich maneuver dan kurang dari 10% mampu melakukannya dengan benar. Oleh karena itu, pelatihan heimlich maneuver bagi siswa PMR di SMAN 3 Purwokerto diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penanganan tersedak serta menumbuhkan kesadaran pentingnya pertolongan pertama. Pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi dan simulasi teknik heimlich maneuver kepada siswa ekstrakurikuler PMR agar lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi kegawatdaruratan tersedak akibat obstruksi benda asing.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Purwokerto pada tanggal 29 September 2025 dengan target siswa kelas X, XI, dan XII yang tergabung dalam ekstrakurikuler PMR. Dari total 92 siswa, dipilih 30 peserta menggunakan teknik proporsional stratified random sampling berdasarkan proporsi jumlah siswa pada masing-masing kelas. Teknik ini digunakan untuk memastikan setiap kelas terwakili secara proporsional dalam sampel sehingga hasil yang diperoleh lebih representatif (Sugiyono, 2021). Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner pengetahuan pre-test dan post-test sebanyak 10 soal serta checklist keterampilan teknik heimlich manuver melalui penilaian kinerja. Pengetahuan dimasukkan menjadi kurang (0–3), cukup (4–7), dan baik (8–10), sedangkan keterampilan dirangkum menjadi kurang terampil (<60), cukup terampil (60–75), dan terampil (≥76). Data dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah pendidikan serta simulasi (Anggreni, 2022).

1. Tahap Perencanaan
   a) Koordinasi dan Persiapan: Berkoordinasi dengan pihak SMAN 3 Purwokerto untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan serta mendapatkan izin dan dukungan dari pihak sekolah.
   b) Penyusunan materi dan media: Menyusun materi edukasi tentang pelayaran dan teknik manuver heimlich, termasuk mempersiapkan media presentasi dan leaflet sebagai bahan yang dapat dibawa pulang peserta.
   c) Penyusunan instrumen evaluasi: Mempersiapkan kuesioner pengetahuan pre-test dan post-test sebanyak 10 soal serta checklist keterampilan. Sebelum kegiatan dimulai, penulis dan para asisten menyamakan persepsi terkait langkah teknik manuver heimlich dan kriteria penilaian agar proses evaluasi berjalan seragam.
2. Tahap Pelaksanaan

   Kegiatan PKM dilaksanakan pada tanggal 29 September 2025di SMAN 3 Purwokerto dengan metode sebagai berikut:
   a) Pembukaan: Kegiatan diawali dengan mengarahkan peserta masuk ke ruang kelas yang telah disediakan, pembagian konsumsi, serta pembukaan dan perkenalan.
   b) Performance assessment awal: Peserta yang berjumlah 30 orang dibagi menjadi tiga kelompok, masing-masing terdiri dari 10 peserta, untuk melakukan performance assessment awal secara berpasangan dan bergantian menggunakan checklist keterampilan yang dibantu oleh empat orang rekan.
   c) Pre-test: Dilakukan pembagian soal pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai tersedak dan teknik heimlich maneuver sebelum penyampaian materi.
   d) Edukasi dan demonstrasi: Edukasi diberikan melalui pemaparan materi mengenai tersedak dan penanganannya, dilanjutkan dengan demonstrasi teknik heimlich maneuver yang dilakukan secara berpasangan dan bersama-sama dalam kelompok besar. Selama kegiatan berlangsung, suasana dibuat nyaman agar peserta tetap antusias mengikuti pelatihan hingga selesai.
3. Tahap Evaluasi
   a) Post-test dan performance assessment akhir: Peserta mengikuti post-test dan performance assessment akhir menggunakan checklist keterampilan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta.
   b) Penutupan: Kegiatan ditutup dengan sesi tanya jawab terkait materi yang telah diberikan.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Senin, 29 September 2025 di SMA Negeri 3 Purwokerto dengan melibatkan 30 peserta yang merupakan anggota ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR). Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim melakukan tahap perencanaan yang meliputi koordinasi dengan pihak sekolah terkait waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan, penyusunan materi edukasi mengenai penanganan tersedak, persiapan media pembelajaran berupa PowerPoint, leaflet, video edukasi, serta penyusunan instrumen pre-test, post-test, dan checklist keterampilan. Selain itu, dilakukan pembagian tugas kepada tim pelaksana agar setiap tahapan kegiatan dapat berjalan secara terstruktur.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan kegiatan kepada peserta. Selanjutnya peserta mengikuti edukasi mengenai pengertian tersedak, penyebab, tanda dan gejala, serta langkah-langkah pertolongan pertama menggunakan teknik Heimlich maneuver melalui metode ceramah menggunakan media presentasi. Setelah penyampaian materi, dilakukan demonstrasi teknik Heimlich maneuver oleh tim pelaksana. Demonstrasi dilakukan secara bertahap mulai dari memperagakan posisi penolong, posisi korban, letak tangan yang benar, hingga arah dorongan pada abdomen. Peserta kemudian mempraktikkan teknik tersebut secara berpasangan dan bergantian dalam kelompok besar dengan pendampingan dari tim pelaksana sehingga setiap peserta memperoleh kesempatan untuk mencoba teknik secara langsung.

Setelah seluruh rangkaian edukasi dan demonstrasi selesai dilaksanakan, dilakukan evaluasi kegiatan melalui pengisian kuesioner post-test serta penilaian keterampilan menggunakan checklist untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah mengikuti kegiatan. Berikut hasil kegiatan PKM secara rinci.

Tabel 1. Karekteristik peserta usia, dan jenis kelamin (n=30)

Karakteristik	***f***	***%***
Usia		
Remaja pertengahan (14-17 tahun)	29	96,7
Remaja akhir (18-24 tahun)	1	3,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	20
Perempuan	24	80
Kelas		
Kelas 10	13	43,3
Kelas 11	9	30
Kelas 12	8	26,7
Total	**30**	**100**

Data tabel 1 menunjukkan peserta didominasi oleh kelompok usia remaja menengah (96,7%), berjenis kelamin perempuan (80%), dan berasal dari kelas 10 (43,3%). Usia 14–17 tahun merupakan periode penting dalam perkembangan kognitif dan fisik, di mana siswa mulai mandiri dan aktif dalam berbagai aktivitas, namun pada usia ini siswa juga rentan mengalami tersedak akibat kebiasaan makan yang kurang baik, seperti makan sambil berbicara atau tertawa sehingga proses membaca tidak optimal, sehingga manuver edukasi heimlich dinilai tepat diberikan pada kelompok usia ini (Marbun et al., 2024). Dominasi peserta perempuan sejalan dengan kecenderungan minat siswa perempuan yang lebih tinggi terhadap kegiatan PMR serta kemampuan menyerap yang relatif lebih cepat (Darsini et al., 2019), sementara dominasi kelas 10 berkaitan dengan motivasi yang lebih tinggi pada siswa baru untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebagai sarana pengembangan diri, dibandingkan kelas 11 dan 12 yang mulai disibukkan oleh permintaan akademik dan persiapan ujian kelulusan. Perkembangan kognitif pada kelompok usia remaja pertengahan berada pada tahap operasional formal yang memungkinkan mereka mampu memahami konsep abstrak dan mengaplikasikan keterampilan baru secara lebih efektif (Noor, 2018). Penelitian Alanazy et al. (2024) juga menunjukkan bahwa kelompok perempuan memiliki kecenderungan lebih tinggi dalam mengikuti kegiatan edukasi kesehatan pertolongan pertama dibandingkan laki-laki. Hal ini sejalan pula dengan penelitian Amalia et al. (2025) yang menemukan dominasi peserta perempuan dalam kegiatan PKM edukasi penanganan tersedak serupa di MAN Purbalingga.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Siswa-siswi SMAN 3 Purwokerto

Tingkat Pengetahuan	Pre		Post	
	f	*%*	*f*	*%*
Baik (8-10)	1	3,3	30	100
Cukup (4-7)	15	50,0	0	0
Kurang (0-3)	14	46,7	0	0
Total	**30**	**100**	**30**	**100**

Data tabel 2 menunjukkan tingkat pengetahuan peserta sebelum pendidikan sebagian besar berada pada kategori cukup (50,0%), dan setelah pendidikan seluruh peserta (100%) meningkat menjadi kategori baik. Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengingat, memahami, dan menginterpretasikan suatu materi yang dipelajari, sebagaimana dijelaskan dalam taksonomi Bloom yang mengkategorikan pengetahuan ke dalam tingkatan pengetahuan, pemahaman, hingga evaluasi (Dwinanda, 2020). Sedikitnya pengetahuan peserta sebelum edukasi menunjukkan bahwa peserta belum memahami langkah pertama pertolongan pertama, jumlah dorongan saat manuver heimlich, serta pemahaman dan tata cara tindakan yang benar. Setelah diberikan edukasi menggunakan media power point dan leaflet, pengetahuan peserta meningkat signifikan karena materi yang disampaikan menjadi lebih jelas, runtut, dan mudah dipahami, sedangkan leaflet memudahkan peserta membaca kembali materi sehingga meningkatkan daya ingat (Rizal et al., 2024). Hasil ini sejalan dengan penelitian Purnomo et al. (2021) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa SMA dari kategori kurang (48,6%) menjadi baik (82,9%) setelah pendidikan dan praktik, serta penelitian Yanuar et al. (2024) yang melaporkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 89% setelah pelatihan manuver heimlich. Penelitian Arfan & Puspito, (2024) juga menunjukkan bahwa penyuluhan penanganan tersedak secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu dalam menangani tersedak pada balita, membuktikan bahwa edukasi berbasis ceramah dan demonstrasi merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap penanganan tersedak.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Siswa-siswi SMAN 3 Purwokerto

Tingkat Keterampilan	Pre		Post	
	f	*%*	*f*	*%*
Terampil (≥ 76)	0	0	24	80
Cukup Terampil (60–75)	2	6,7	6	20
Kurang Terampil (< 60)	28	93,3	0	0
Total	**30**	**100**	**30**	**100**

Data tabel 3 menunjukkan tingkat keterampilan peserta sebelum demonstrasi sebagian besar berada pada kategori kurang terampil (93,3%), dan setelah demonstrasi meningkat menjadi kategori terampil (80%). Keterampilan merupakan kecakapan untuk menyelesaikan tugas secara cekat, cepat, dan tepat dalam menghadapi suatu masalah (Nasihudin & Hariyadin, 2021), yang dalam kegiatan ini diukur melalui penilaian kinerja berupa pengamatan langsung terhadap kemampuan peserta melakukan teknik heimlich manuver secara berurutan (Abduh, 2019). Rendahnya keterampilan peserta sebelum menunjukkan peserta belum memahami cara mengenali tanda-tanda tersedak, tata cara melakukan manuver heimlich yang benar, serta tindakan saat korban tidak sadar dan tidak bernapas. Setelah diberikan video dan demonstrasi langsung, keterampilan peserta meningkat, berikut gambar penayangan video dan demonstrasi secara langsung teknik Heimlich maneuver.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Gambar 1. Demonstrasi Teknik Heimlich Maneuver



Gambar 2. Penayangan video heimlich

Berdasarkan gambar penayangan video dan demonstrasi secara langsung membantu memperjelas langkah-langkah secara runtut mengenai teknik Heimlich maneuver, mulai dari posisi penolong, penentuan tanda kemiringan, letak tangan, hingga arah dorongan. Penggunaan media audio visual ini sesuai dengan konsep piramida pengalaman Edgar Dale yang menyatakan bahwa lebih dari 50% proses belajar seseorang berasal dari apa yang dilihat dan didengar (Faijurahman & Ramdani, 2022). Hasil ini sejalan dengan penelitian Purnomo et al. (2021) yang melaporkan peningkatan keterampilan terampil dari 22,9% menjadi 48,6% setelah intensifikasi, serta penelitian Girianto (2024) yang menunjukkan peningkatan keterampilan pertolongan pertama hingga 84% melalui edukasi demonstrasi video. Sejalan dengan itu, Amalia et al. (2025) juga menemukan bahwa latihan praktik secara langsung dapat meningkatkan kepercayaan diri dan keterampilan siswa dalam melakukan teknik heimlich maneuver, membuktikan pentingnya simulasi berulang untuk memastikan keterampilan tetap terjaga. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa-siswi tentang penanganan tersedak menggunakan teknik heimlich manuver setelah dilakukan pemberian edukasi dan demonstrasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat disimpulkan bahwa peserta kegiatan berjumlah 30 siswa PMR SMA Negeri 3 Purwokerto dengan mayoritas berusia 14–17 tahun sebanyak 29 peserta (96,7%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 peserta (80%), dan didominasi siswa kelas 10 sebanyak 13 peserta (43,3%).

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi dan simulasi teknik heimlich maneuver mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam penanganan tersedak. Sebelum edukasi, mayoritas tingkat pengetahuan peserta berada pada kategori cukup sebanyak 15 peserta (50,0%), kemudian meningkat menjadi kategori baik pada seluruh peserta sebanyak 30 peserta (100%). Selain itu, sebelum demonstrasi mayoritas keterampilan peserta berada pada kategori kurang terampil sebanyak 28 peserta (93,3%), dan setelah demonstrasi meningkat menjadi kategori terampil sebanyak 24 peserta (80%).

Saran yang dapat diberikan yaitu pihak SMA Negeri 3 Purwokerto diharapkan dapat mengintegrasikan materi penanganan tersedak menggunakan teknik heimlich maneuver ke dalam kegiatan ekstrakurikuler PMR secara berkelanjutan melalui pelatihan dan simulasi rutin agar keterampilan siswa tetap terlatih dan siap diterapkan dalam situasi darurat. Universitas Harapan Bangsa juga diharapkan dapat menambah materi dan referensi terkait edukasi serta simulasi teknik heimlich maneuver sehingga mahasiswa lebih memahami penanganan tersedak dengan baik dan benar. Selain itu, peserta diharapkan dapat mempelajari kembali materi melalui SOP dan video yang telah diberikan agar keterampilan tetap terjaga, sedangkan penulis selanjutnya diharapkan dapat menyesuaikan jadwal pelaksanaan dengan kegiatan sekolah agar waktu pelaksanaan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam terlaksananya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, terutama kepada SMAN 3 Purwokerto, siswa yang aktif berpartisipasi, serta guru pembina yang memberikan dukungan penuh. Apresiasi juga diberikan kepada Universitas Harapan Bangsa atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan untuk pelaksanaan kegiatan ini. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat besar bagi siswa dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam penanganan kegawatdaruratan tersedak.

DAFTAR PUSTAKA

Abduh, M. (2019). *Panduan penilaian kinerja (performance assessment).* Pusat Penilaian Pendidikan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Alanazy, A., Alruwaili, A., Hassan, H. H. Al, Almulhim, A., Altaher, N. A., Alhomoud, A. S., Alduhaish, M., Alanazi, S. N., & Alanazi, T. M. (2024). *Awareness of first aid among adults in Al - Ahsa City , Saudi Arabia : A cross - sectional study*. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc

Amalia, C., Yudha, M. B., & Suandika, M. (2025). *Edukasi Pertolongan Pertama Pembebasan Jalan Napas Tersedak Pada Siswa Anggota Palang Merah Remaja (PMR) di MAN Purbalingga*. *3*(4), 972–979.

Amila, Sembiring, E., & Sipayung, N. P. (2023). Edukasi Kesehatan dan Pertolongan Pertama Choking (Tersedak) Pada Siswa SMA Swasta Medan. *KOMUNITA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, *2*(2), 153–159. https://doi.org/10.60004/komunita.v2i2.67

Apriani. (2023). *Back blow, heimlich manuver,*. *XIV*(1), 17–22.

Arfan, N. A., & Puspito, H. (2024). *Pengaruh penyuluhan penanganan tersedak terhadap pengetahuan ibu dalam penanganan balita yang tersedak di KB- TK ' Aisyiyah Nitikan Yogyakarta The effect of choking handling counseling on mother ' s knowledge in handling toddlers those who choke at KB-TK* . *2*(September), 651–658.

Baso, Y. S., Y, E. Y. F., Syarifah, N. Y., Ayu, S. A., Amalia, L. R., & Mira. (2023). *Buku Ajar Prosedur Tindakan Keperawatan Gawat Darurat*. Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.

Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan. *Jurnal Keperawatan*, *12*(1), 97.

Dwinanda, G. (2020). *Volume 2 Nomor 4 Hal*. *2*(2001), 476–490. https://nobel.ac.id/index.php/jpmi

Elfeshawy, R., El Sobky, F., Mohamed, F., & Darweesh, H. (2022). Effect of health education program-based on a health belief model on mothers' knowledge and practices regarding choking prevention and management for their children. *Tanta Scientific Nursing Journal*, *25*(2), 235–257. https://doi.org/10.21608/tsnj.2022.243373

Faijurahman, A. N., & Ramdani, H. T. (2022). *Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dengan Video Dan Powerpoint Reproduksi Remaja (Studi Kasus Di Smk Hikmah Garut)*. *3*, 177–184.

Fitriana, N. F., Riskiyani Dwi Nandia, J., Hakim Nitiprodjo, A., Ratna Estria, S., Widyaningsih, S., Leona Amelia, V., & Andodo, C. (2024). Edukasi dan Simulasi Heimlich Manouver sebagai Upaya Penanganan Tersedak Anak Usia PAUD. *Jurnal SOLMA*, *13*(1), 9–15. https://doi.org/10.22236/solma.v13i1.14420

Ismiatiningrum, N. (2022). *The Effect of Abdominal Thrust Education on Attitudes in First Aid When Choking in Parents of Children with Special Needs (Cerebral Palsy)*. *13*, 1–8.

Istiqomah, N. H., Kharisma Wahyu Widodo, Nabilla Dyva Chiendytya, Nora Herawati, & Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti. (2024). Edukasi Pertolongan Pertama Tersedak Dengan Teknik Heimlich Maneuver Pada Siswa MTS Al-Ihsan. *Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan*, *2*(2), 33–41. https://doi.org/10.57214/jpbidkes.v2i2.67

Karim, D., Dewi, W. N., Bayhakki, B., Erwin, E., Huda, N., Woferst, R., Azzahra, A., Anjely, S., Hunafa, Z., & Aswan, M. F. (2024). Peningkatan Kemampuan Masyarakat dalam Mengenal dan Memberikan Pertolongan Awal Pada Korban Tersedak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *7*(3), 1073–1082. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13088

Khayudin, A. K., Hariastuti, F., & Wicaksana. (2022). *Pertolongan Pertama Kondisi Kegawatdaruratan Prehospital*. GUEPEDIA.

Maisyaroh, A., Kurnianto, S., & Widianto, E. P. (2022). Efektifitas Pelatihan Bantuan Hidup Dasar terhadap Peningkatan Kemampuan Siswa Mts Negeri 1 Lumajang dalam Penanganan Kegawatdaruratan Tersedak Akibat Obstruksi Benda Asing. *Media Karya Kesehatan*, *5*(2), 151–161. https://doi.org/10.24198/mkk.v5i2.35521

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Mansur, R. A., & Marnii. (2022). *Manajemen Anak Tersedak*. Adab.

Marbun, A. S., Rina Efrina Sinurat, L., Syapitri, H., Studi, P. S., & Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, K. (2024). Pertolongan Pertama Pada Remaja Tersedak (choking) Di SMA Muhammadiyah 3 Medan. *Journal Abdimas Mutiara*, *5*(2), 262–269. http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JAM

Nasihudin, N., & Hariyadin, H. (2021). Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, *2*(04), 733–743. https://doi.org/10.59141/japendi.v2i04.150

Noor, F. arif. (2018). Seling Jurnal Program Studi PGRA Perkembangan Kognitif Anak Raudlatul Athfal (RA). *Program Studi PGRA*, *4*, 169–180.

Purnomo, E., Nur, A., A. Pulungan, Z. S., & Nasir, A. (2021). Pengetahuan dan Keterampilan Bantuan Hidup Dasar Serta Penanganan Tersedak Pada Siswa SMA. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, *14*(1), 42–48. https://doi.org/10.23917/bik.v14i1.13008

Rizal, A. A., Fahdhienie, F., & Arlianti, N. (2024). *Media Powerpoint Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Scabies Pada Santri Laki-Laki Di Dayah Terpadu Al-Muslimun Desa Munjee Kecamatan Lhoksukon*. *5*, 4467–4473.

Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D*. ALFABETA.

Yanuar, A. S., Kurniawan, S. T., & Azali, L. M. P. (2024). *Pengaruh Pelatihan Hemlich Manuver Terhadap Keterampilan Ibu Dalam Penanganan Tersedak Pada Anak Di Posyandu Desa Klumprit*. *2*(4), 18–30.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license