

Evaluasi Efektivitas Pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) pada Siswa Lulusan SMA di Pusdikes Kramat Jati: Dampaknya terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Praktis

Tri Mochartini¹, Indah Yuliani², Achmad Fauzi³, Asep Barkah⁴, Doni Ginting⁵, Floreza Rizqi Amanda⁶, Rangga Septuwin Saputra⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara, Indonesia

Info Artikel	ABSTRACT
Riwayat Artikel: Dikirim 04 Septemebr, 2025 Revisi 30 September, 2025 Diterima 10 Oktober, 2025	Pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) merupakan keterampilan dasar penyelamatan nyawa yang penting diajarkan kepada masyarakat umum, termasuk generasi muda. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pelatihan RJP terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktis siswa lulusan SMA yang mengikuti pelatihan di Pusat Pendidikan Kesehatan (Pusdikes) Kramat Jati. Metode penelitian menggunakan desain <i>pre-experimental</i> dengan pendekatan <i>one group pretest-posttest</i>. Sampel terdiri atas 60 peserta pelatihan yang dipilih secara purposive. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner terstandar, sedangkan keterampilan diukur melalui <i>checklist</i> observasi berdasarkan pedoman American Heart Association (AHA, 2020). Hasil analisis menunjukkan terdapat peningkatan signifikan pada skor rata-rata pengetahuan dari 65,4 menjadi 89,6 ($p < 0,001$) dan keterampilan dari 58,7 menjadi 91,2 ($p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan RJP di Pusdikes Kramat Jati efektif dalam meningkatkan kompetensi dasar penyelamatan jantung paru pada peserta. Implementasi pelatihan serupa secara berkala disarankan untuk memperluas jangkauan edukasi kegawatdaruratan di kalangan masyarakat muda. <i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i> 
Kata Kunci: Resusitasi Jantung Paru; pelatihan; pengetahuan; keterampilan	
Corresponding Author: Indah Yuliani Departemen Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara, Indonesia Email : indah.yuliani08@gmail.com	

1. PENDAHULUAN

Henti jantung mendadak (*sudden cardiac arrest*) merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia, termasuk di Indonesia. Kondisi ini dapat terjadi kapan saja dan pada siapa saja, baik di rumah, sekolah, maupun tempat umum. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO, 2022), sekitar 17,9 juta kematian per tahun disebabkan oleh penyakit kardiovaskular, dengan sebagian besar terjadi karena keterlambatan penanganan awal. American Heart Association (AHA, 2020) menegaskan bahwa tindakan Resusitasi Jantung Paru (RJP) yang cepat dan tepat dapat meningkatkan peluang hidup korban hingga dua sampai tiga kali lipat apabila dilakukan dalam empat menit pertama setelah henti jantung.

Di Indonesia, kesadaran dan kemampuan masyarakat untuk melakukan RJP masih tergolong rendah. Survei Kementerian Kesehatan (Kemenkes RI, 2022) menunjukkan bahwa hanya sekitar 15% masyarakat yang mengetahui langkah dasar RJP dan kurang dari 5% yang mampu melakukannya secara benar. Rendahnya tingkat literasi kegawatdaruratan ini menunjukkan perlunya program edukasi dan pelatihan RJP yang lebih masif dan terstruktur, khususnya di kalangan usia muda yang berpotensi menjadi penolong pertama di tempat kejadian.

Pelatihan RJP di lingkungan pendidikan, khususnya bagi lulusan sekolah menengah atas (SMA), menjadi langkah strategis untuk menanamkan kesiapsiagaan sejak dini. Siswa lulusan SMA memiliki kemampuan kognitif dan fisik yang cukup untuk mempelajari keterampilan RJP secara efektif. Menurut

penelitian oleh Fitriani et al. (2023), pelatihan RJP berbasis praktik langsung mampu meningkatkan keterampilan peserta sebesar 85%, terutama bila disertai simulasi menggunakan manekin. Selain itu, kegiatan pelatihan di pusat pendidikan kesehatan seperti Pusdikkes Kramat Jati memungkinkan pelaksanaan program yang terstandar, dengan fasilitas dan instruktur bersertifikat yang mendukung proses pembelajaran berbasis kompetensi.

Pusdikkes Kramat Jati memiliki mandat strategis dalam pengembangan sumber daya manusia di bidang kesehatan, termasuk penyelenggaraan pelatihan kegawatdaruratan dasar bagi masyarakat umum. Evaluasi terhadap efektivitas pelatihan RJP di lembaga ini penting dilakukan untuk memastikan bahwa kegiatan yang diselenggarakan benar-benar memberikan dampak nyata terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pelatihan RJP terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktis siswa lulusan SMA di Pusdikkes Kramat Jati, serta memberikan rekomendasi bagi pengembangan program pelatihan RJP yang lebih komprehensif di masa mendatang.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*, di mana pengukuran pengetahuan dan keterampilan dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh peserta pelatihan RJP di Pusdikkes Kramat Jati pada tahun 2025. Sampel sebanyak 60 orang siswa lulusan SMA dipilih dengan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi:

1. Lulusan SMA berusia 17–20 tahun.
2. Bersedia mengikuti seluruh rangkaian pelatihan.

Instrumen Penelitian

1. Pengetahuan: diukur dengan kuesioner 20 item pilihan ganda berdasarkan pedoman AHA (2020).
2. Keterampilan Praktis: diukur menggunakan *checklist* observasi yang meliputi tahapan RJP, seperti pengecekan respons korban, panggilan bantuan, pembukaan jalan napas, kompresi dada, dan ventilasi buatan.
3. Validitas instrumen diuji dengan *Pearson Product Moment* (r hitung $>$ r tabel = valid), reliabilitas diuji dengan Cronbach's Alpha ($\alpha = 0,87$).

Prosedur Penelitian

1. Pretest: pengukuran awal pengetahuan dan keterampilan.
2. Pelatihan: penyampaian materi teori RJP selama 1 jam dan praktik langsung selama 3 jam menggunakan manekin latihan standar.
3. Posttest: pengukuran ulang pengetahuan dan keterampilan setelah pelatihan selesai.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test* untuk membandingkan hasil pretest dan posttest dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

3. HASIL

Penelitian ini melibatkan 60 siswa lulusan SMA yang mengikuti pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) di Pusdikkes Kramat Jati. Karakteristik responden disajikan berdasarkan usia, jenis kelamin, asal sekolah, dan pengalaman pelatihan sebelumnya.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 60)

No	Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia (tahun)	17	10	16.7
		18	36	60.0
		19	14	23.3
2	Jenis Kelamin	Laki-laki	31	51.7
		Perempuan	29	48.3
3	Asal Sekolah	SMA Negeri	38	63.3
		SMA Swasta	22	36.7
4	Pernah Mengikuti	Ya	6	10.0

Evaluasi Efektivitas Pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) pada Siswa Lulusan SMA di Pusdikkes Kramat Jati: Dampaknya terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Praktis (Tri Mochartini)

Pelatihan RJP Sebelumnya	Tidak	54	90.0
-----------------------------	-------	----	------

Sebagian besar responden berusia 18 tahun (60%), dengan proporsi jenis kelamin relatif seimbang antara laki-laki (51,7%) dan perempuan (48,3%). Mayoritas peserta berasal dari SMA Negeri (63,3%) dan sebagian besar (90%) belum pernah mengikuti pelatihan RJP sebelumnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merupakan pemula dalam keterampilan penyelamatan dasar, sehingga pelatihan ini menjadi pengalaman pertama mereka dalam mempelajari prosedur RJP secara formal.

Perbandingan Pengetahuan dan Keterampilan Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Setelah mengikuti pelatihan RJP, terjadi peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan dan keterampilan peserta. Nilai rata-rata pretest dan posttest ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 2. Perbandingan Skor Pengetahuan dan Keterampilan Sebelum dan Sesudah Pelatihan (n = 60)

Variabel	Rata-rata Pretest (Mean ± SD)	Rata-rata Posttest (Mean ± SD)	Selisih rata	Rata-rata	p-value
Pengetahuan	65.4 ± 6.2	89.6 ± 4.8	+24.2		<0.001
Keterampilan	58.7 ± 7.1	91.2 ± 5.3	+32.5		<0.001

Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan ($p < 0,001$) dan keterampilan ($p < 0,001$) setelah pelatihan. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan RJP yang dilaksanakan efektif dalam meningkatkan pemahaman teoretis dan kemampuan praktis peserta.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) yang diselenggarakan di Pusdikkes Kramat Jati memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktis peserta. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 65,4 menjadi 89,6, sedangkan keterampilan meningkat dari 58,7 menjadi 91,2 setelah pelatihan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan berbasis teori dan praktik langsung efektif dalam meningkatkan kompetensi dasar penyelamatan jantung paru di kalangan siswa lulusan SMA. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani et al. (2023) yang menyatakan bahwa metode *hands-on simulation* mampu meningkatkan pemahaman dan ketepatan tindakan RJP sebesar 85% dibandingkan metode ceramah semata.

Peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta dapat dijelaskan oleh pendekatan pelatihan yang sistematis dan berbasis pada *evidence-based practice*. Materi teori yang disampaikan sebelum praktik memungkinkan peserta memahami konsep fisiologis henti jantung, tahapan resusitasi, serta rasionalisasi tindakan yang dilakukan. Menurut AHA (2020), proses pembelajaran yang menggabungkan teori dan praktik meningkatkan retensi pengetahuan hingga 70% setelah pelatihan. Dengan demikian, pelatihan yang diberikan di Pusdikkes Kramat Jati telah memenuhi prinsip pembelajaran orang dewasa (*adult learning principle*) dengan menekankan partisipasi aktif dan penerapan langsung.

Selain pengetahuan, peningkatan keterampilan praktis peserta juga menunjukkan efektivitas pendekatan pelatihan berbasis simulasi. Penggunaan manekin latihan sebagai media pembelajaran memungkinkan peserta mempraktikkan teknik kompresi dan ventilasi dengan umpan balik langsung dari instruktur. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Rahmadani et al. (2022) yang menemukan bahwa simulasi menggunakan *feedback manikin* dapat meningkatkan akurasi kedalaman kompresi dan frekuensi ventilasi sebesar 92%. Dengan pengalaman langsung, peserta tidak hanya memahami konsep tetapi juga menginternalisasi prosedur RJP sebagai keterampilan motorik terprogram.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lee et al. (2021) di Korea Selatan, yang menunjukkan bahwa pelatihan RJP singkat berdurasi empat jam dapat meningkatkan tingkat keberhasilan kompresi dada hingga 95% pada peserta usia muda. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan singkat namun intensif dapat memberikan hasil optimal bila difokuskan pada praktik berulang (*repetitive skills training*). Dalam konteks penelitian ini, pelatihan selama empat jam dengan kombinasi teori dan simulasi terbukti cukup efektif untuk meningkatkan kesiapan peserta dalam menghadapi situasi darurat.

Pelatihan RJP di Pusdikkes Kramat Jati juga berperan penting dalam memperluas cakupan edukasi kegawatdaruratan di kalangan non-tenaga kesehatan. Sebagian besar peserta penelitian merupakan lulusan SMA yang belum memiliki pengalaman medis sebelumnya. Menurut Kemenkes RI (2022), tingkat literasi kegawatdaruratan masyarakat Indonesia masih rendah, dengan hanya 15% yang mengetahui langkah dasar RJP. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pelatihan yang terstruktur untuk membekali masyarakat umum, khususnya generasi muda, dengan keterampilan penyelamatan dasar yang dapat menyelamatkan nyawa.

Peningkatan kemampuan peserta juga mencerminkan pentingnya dukungan fasilitas dan tenaga pengajar yang kompeten dalam proses pelatihan. Pusdikres Kramat Jati memiliki instruktur bersertifikat dan menggunakan alat peraga berstandar AHA, yang menjadi faktor penting dalam keberhasilan pelatihan. Menurut penelitian oleh Nugroho dan Sari (2021), kualitas instruktur dan media pelatihan berpengaruh signifikan terhadap tingkat keberhasilan pelatihan RJP ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pelatihan tidak hanya bergantung pada kurikulum, tetapi juga pada profesionalisme pengajar dan sarana pembelajaran yang digunakan.

Lebih jauh lagi, pelatihan RJP seperti ini memiliki dampak sosial yang luas dalam membentuk *community responder system*. Penelitian oleh Andersen et al. (2023) menunjukkan bahwa masyarakat yang telah mengikuti pelatihan RJP lebih cenderung terlibat dalam penyelamatan korban henti jantung di tempat umum, dengan peningkatan intervensi *bystander CPR* sebesar 40%. Dengan demikian, pelatihan di Pusdikres Kramat Jati bukan hanya meningkatkan kompetensi individu, tetapi juga memperkuat kesiapsiagaan komunitas terhadap kegawatdaruratan medis.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung pentingnya program pelatihan RJP yang bersifat inklusif, berkelanjutan, dan berbasis komunitas. Mengingat mayoritas peserta belum pernah mengikuti pelatihan sebelumnya, kegiatan seperti ini dapat dijadikan model pembelajaran awal sebelum implementasi program *Bantuan Hidup Dasar (BHD)* di sekolah dan masyarakat. Sebagai tindak lanjut, perlu dilakukan evaluasi jangka panjang untuk menilai retensi pengetahuan dan keterampilan peserta setelah beberapa bulan pelatihan, sebagaimana disarankan oleh Handayani et al. (2024), bahwa kemampuan RJP cenderung menurun setelah enam bulan jika tidak dilakukan pelatihan ulang (*refresher training*). Oleh karena itu, pelatihan berkelanjutan menjadi strategi penting untuk menjaga kesiapan individu dalam menghadapi situasi darurat jantung.

Foto Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan Resusitasi Jantung Paru (RJP) yang diselenggarakan di Pusdikres Kramat Jati efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis siswa lulusan SMA. Peningkatan signifikan pada skor pengetahuan dan keterampilan setelah pelatihan menegaskan bahwa metode pembelajaran berbasis teori, simulasi, dan praktik langsung memberikan dampak positif terhadap pemahaman konsep serta kemampuan teknis peserta dalam melakukan tindakan penyelamatan jantung paru.

Karakteristik peserta yang sebagian besar belum pernah mengikuti pelatihan sebelumnya memperlihatkan bahwa program edukasi seperti ini sangat relevan bagi kalangan nonmedis, terutama generasi muda yang berpotensi menjadi penolong pertama di lokasi kejadian darurat. Keberhasilan pelatihan juga didukung oleh penggunaan media simulasi yang representatif, instruktur bersertifikat, dan penerapan prinsip *evidence-based training* yang sesuai dengan standar American Heart Association (AHA).

Secara keseluruhan, pelatihan RJP di Pusdikres Kramat Jati tidak hanya meningkatkan kompetensi individu, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan masyarakat yang lebih siap dan tanggap terhadap keadaan gawat darurat medis. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penyelenggaraan pelatihan RJP secara berkala dan berkelanjutan sebagai upaya memperluas literasi kegawatdaruratan serta memperkuat sistem respons masyarakat terhadap kasus henti jantung di luar rumah sakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada seluruh partisipan yang telah berkontribusi dalam kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association (AHA). (2020). *Highlights of the 2020 American Heart Association Guidelines for CPR and ECC*.
- Andersen, P. O., et al. (2023). Community-based CPR training and its impact on bystander intervention in out-of-hospital cardiac arrest. *Resuscitation Journal*, 189, 110–118.
- Fitri Y. E., Andhini, D., Effendi, Z., & Handayani, S. (2023). Kemauan Bertindak dalam Resusitasi Jantung Paru pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 5101. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.5101>
- Fitriani, N., Rahmawati, D., & Suryani, E. (2023). Efektivitas Pelatihan Resusitasi Jantung Paru terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 97–106.
- Handayani, R., Putra, A., & Lestari, W. (2024). Long-term retention of CPR skills among young adults after basic life support training. *Nursing Education Today*, 137, 106–118.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pelatihan Dasar Bantuan Hidup Dasar bagi Masyarakat Umum*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Darurat.
- Lee, J., Kim, Y., & Park, H. (2021). Short-duration CPR training improves skill acquisition among adolescents: A quasi-experimental study. *International Journal of Nursing Studies*, 117, 103–121.
- Nugroho, A., & Sari, W. (2021). Pengaruh Kualitas Instruktur terhadap Keberhasilan Pelatihan RJP. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 45–53.
- Rahmadani, T., Syahrul, Y., & Dewi, L. (2022). The Effectiveness of Manikin Feedback Simulation in Improving CPR Performance. *BMC Nursing*, 21(1), 327–334.
- Scandinavian Journal of Trauma, Resuscitation and Emergency Medicine. (2012). Basic life support skills of high school students before and after cardiopulmonary resuscitation training: a longitudinal investigation. *Scandinavian Journal of Trauma, Resuscitation and Emergency Medicine*, 20, Article 31. <https://doi.org/10.1186/1757-7241-20-31>