

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PENYULUHAN DAN SIMULASI P3K PADA LANSIA  
DI PUSKESMAS SAPTA TARUNA PEKANBARU**

**OLEH :**

**Dr. Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si/ 1025019001 (Ketua)**

**Dr. Herniwanti, MS/ 1020117401 (Anggota)**

**Dr. drg. Oktavia Dewi, M.Kes/ 0015107001 (Anggota)**

**Dr. Jasrida Yunita, SKM, M.Kes/ 0027068002 (Anggota)**

**Dibiayai Oleh :**

**DIPA STIKes Hang Tuah Pekanbaru  
Nomor 08/STIKes-HTP/VI/2020/0147,A  
Tanggal 08 Juni 2020**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KESEHATAN MASYARAKAT  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)  
HANG TUAH PEKANBARU  
DESEMBER 2020**

## HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Penyuluhan dan Simulasi P3K Pada Posyandu Lansia di Wilker Puskesmas Sapta Taruna Pekanbaru
2. Bidang Penerapan Ipteks : Kesehatan Masyarakat
3. Ketua Pelaksana :
  - a. Nama Lengkap : Dr. Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si
  - b. Jenis Kelamin : Perempuan
  - c. NIDN : 1025019001
  - d. Disiplin Ilmu : Kesehatan Masyarakat
  - e. Pangkat/Golongan : Penata / IIIb
  - f. Jabatan Akademik : Lektor
  - g. Program Studi : Magister IKM
  - h. Alamat : STIKes Hang Tuah Pekanbaru
  - i. HP : 082283333281
4. Jumlah Tim : 4 orang dosen
  - a. Anggota 1 : Dr. Endang Purnawati R, SKM., M.Si
  - b. Anggota 2 : Dr. Herniwanti, S.Pd, M.S
  - c. Anggota 3 : Dr. drg. Oktavia Dewi, M.Kes
  - d. Anggota 4 : Jasrida Yunita, SKM, M.Kes
5. Lokasi Kegiatan : Puskesmas Sapta Taruna Pekanbaru
6. Biaya : Rp. 4.000.000,-

Pekanbaru, 16 Desember 2020

Mengetahui,  
Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru



Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes  
NIK. 10306114265

Ketua Pelaksana,



Dr. Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si  
NIDN. 1025019001

Menyetujui :  
Ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat  
STIKes Hang Tuah Pekanbaru



Agus Alamsyah, SKM, M.Kes  
NIK. 10306113204

## **RINGKASAN**

Kesehatan pada lansia dapat menurun seiring dengan penambahan usia. Namun banyak kasus yang terjadi saat ini beberapa lansia pernah mengalami kecelakaan dan tidak dilakukan pertolongan pertama yang tepat pada lansia. Hal ini dapat menyebabkan atau memperparah kondisi lansia pada saat terjadinya kecelakaan. Untuk itu tujuan penyuluhan ini memberikan pengetahuan mengenai pertolongan pertama yang dilakukan saat situasi darurat. Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan pada posyandu lansia di wilker Puskesmas Saptar Taruna Pekanbaru. Metode yang dilakukan adalah dengan pemberian materi mengenai P3K lansia dengan melakukan penyuluhan dan simulasi mengenai P3K lansia. Kegiatan penyuluhan ini juga melakukan pre dan post tes untuk mengetahui tingkat pemahaman dan pengetahuan lansia terhadap materi yang disampaikan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 40% lansia yang pernah mengalami kecelakaan atau jatuh, pada pelaksanaan pre test sebanyak 55% lansia yang mengetahui cara untuk menangani terjadinya kecelakaan atau jatuh dan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 70% saat diberikan post test setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi kepada lansia. Rata-rata lansia bisa mengikuti kegiatan penyuluhan ini dengan baik.

Kata kunci : P3K, Lansia

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur dipanjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Kuasa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga laporan pengabdian masyarakat dengan judul Penyuluhan dan Simulasi P3K Pada Lansia di Puskesmas Sapt Taruna Pekanbaru ini dapat diselesaikan. Laporan ini merupakan salah satu tugas dosen dalam penyelenggaraan Tri dharma Perguruan Tinggi yang didanai dari anggaran STIKes Hang Tuah Pekanbaru.

Kami menyadari Laporan Pengabdian Masyarakat ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kami mengharapkan masukan yang konstruktif dari semua pihak untuk perbaikan di masa datang. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin.

Pekanbaru, Desember 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
RINGKASAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR LAMPIRAN .....	v
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
BAB II. SOLUSI PERMASALAHAN .....	4
BAB III. METODE PELAKSANAAN .....	5
BAB IV. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI .....	7
BAB V. RENCANA TAHAPAN SELANJUTNYA.....	11
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN .....	12
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Daftar Riwayat hidup ketua dan anggota
2. Jadwal pelaksanaan pengabdian
3. Surat tugas
4. Materi pengabdian kepada masyarakat
5. Daftar kehadiran peserta pengabdian
6. Dokumentasi yang mewakili setiap kegiatan
7. Laporan Penggunaan Anggaran

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Keberadaan lansia seringkali dipersepsikan secara negatif, dianggap sebagai beban keluarga dan masyarakat sekitarnya serta dianggap sebagai individu yang tidak mandiri. Kenyataan ini mendorong semakin berkembangnya anggapan bahwa menjadi tua identik dengan semakin banyaknya masalah yang dialami oleh lansia. Lansia cenderung dipandang masyarakat tidak lebih dari sekelompok orang yang ketergantungan dengan orang-orang yang ada disekitarnya (Huda, 2010).

Menurut hasil dari Susenas jumlah Lanjut Usia (Lansia) 14,4 juta jiwa atau 7,18% dari total jumlah penduduk, sedangkan yang berusia di atas 65 tahun, mencapai 4,6% dari jumlah penduduk Indonesia (10 juta orang). Selain itu, jumlah lansia diproyeksikan akan terus meningkat yang diperkirakan pada tahun 2020 diperkirakan meningkat menjadi 28,8 juta jiwa (Kemenkes RI, 2012).

Menurut Undang-undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia, yang dimaksud dengan Lansia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas yang juga mempunyai hak yang sama untuk mendapatkan pelayanan kesehatan. Kelompok ini merupakan penduduk yang tergolong rentan, yang sering dianggap menjadi beban bagi kelompok penduduk lainnya. Untuk itu perlu dilakukan antisipasi dalam pelaksanaan P3K pada lansia dengan kondisi tertentu. Seperti pada kasus lansis stroke, dimana banyak kasus lansia yang terkena stroke karena keluarga lansia dan lansia itu sendiri tidak mengetahui atau salah dalam penanganan saat terjadi kecelakaan disekitar rumah, sehingga bisa memperburuk keadaan dan kesehatan lansia. Dan ini tidak menutup kemungkinan bahwa lansia tidak pernah mengetahui informasi mengenai P3K.

Pertolongan Pertama merupakan tindakan pertolongan yang diberikan terhadap korban dengan tujuan mencegah keadaan bertambah buruk sebelum si korban mendapatkan perawatan dari tenaga medis resmi. Jadi tindakan Pertolongan Pertama (PP) ini bukanlah tindakan pengobatan sesungguhnya dari suatu diagnosa penyakit agar si penderita sembuh dari penyakit yang dialami. Pertolongan Pertama biasanya diberikan oleh orang-orang di sekitar korban yang diantaranya akan

menghubungi petugas kesehatan terdekat. Pertolongan ini harus diberikan secara cepat dan tepat sebab penanganan yang salah dapat berakibat buruk, cacat tubuh bahkan kematian.

Di Indonesia, lansia yang tinggal di komunitas mengalami penurunan tahunan atau sekitar 30%. Kejadian jatuh pada lansia yang tinggal di masyarakat meningkat dari 25% pada usia 70 menjadi 35% setelah berusia di atas 75 tahun. Namun sebelum kita memasuki pembahasan kearah penanggulangan atau pengobatan terhadap luka, akan lebih baik kita berbicara dulu mengenai pencegahan terhadap suatu kecelakaan (*accident*), terutama dalam kegiatan di alam bebas. Selain itu harus kita garis bawahi bahwa situasi dalam berkegiatan sering memerlukan bukan sekedar pengetahuan kita tentang pengobatan, namun lebih kepada pemahaman kita akan prinsip-prinsip pertolongan terhadap korban.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan bahwa kondisi lanjut usia di Puskesmas Sapt Taruna Pekanbaru bahwa banyak dari lansia yang tetap melakukan aktivitas dengan kondisi badan ada yang fit dan tidak tergantung kondisi kesehatan lansia. Dimana kondisi ini sangat rentan apabila terjadi kecelakaan dan diperlukan pertolongan pertama dalam kecelakaan. Dengan ini, maka perlu dilaksanakan peningkatan pengetahuan mengenai P3K pada lansia yang diharapkan dapat membantu dan memberi manfaat bagi masyarakat dengan melatih para lansia agar tidak panik saat menghadapi situasi genting.

## **B. Rumusan Masalah**

Banyaknya kasus dimasyarakat bahwa keluarga lansia dan lansia tidak mengetahui bahwa penanganan yang tepat saat terjadi kecelakaan pada lansia dengan beberapa riwayat kesehatan pada lansia seperti stroke dan jantung. Sehingga ini menjadi masalah yang perlu diperhatikan khususnya bagi keluarga lansia. Sehingga apabila lansia tidak dilakukan pertolongan yang tepat maka bisa berisiko untuk terjadinya tingginya angka kematian pada lansia dimasa yang akan datang.



### **C. Tujuan Kegiatan**

Dengan pelaksanaan penyuluhan dan simulasi ini diharapkan dapat memberikan pelayanan khususnya bagi lansia dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pertolongan yang dilakukan saat situasi darurat.

### **D. Manfaat**

Menambah wawasan pada kesehatan lanjut usia mengenai pertolongan pertama yang dilakukan saat kecelakaan dan situasi darurat serta melatih para lansia agar tidak panik saat menghadapi situasi genting.

## **BAB II**

### **SOLUSI PERMASALAHAN**

Dalam kegiatan ini ada solusi dalam pemecahan masalah yang dilakukan mengenai P3K pada lansia ini dengan melakukan penyuluhan kepada 20 orang lanjut usia yang berada di Puskesmas Sapta Taruna dengan harapan bisa meningkatkan pengetahuan lanjut usia tentang pentingnya pertolongan yang tepat saat terjadinya kecelakaan.

## **BAB III**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **A. Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan bekerjasama dengan Puskesmas Sapta Taruna. Metode yang dilakukan adalah melakukan penyuluhan dengan memberikan materi mengenai P3K lanjut usia melakukan simulasi P3K. Dan melakukan tanya jawab sebelum memulai penyuluhan dan simulasi dan setelah setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi terkait materi yang telah diberikan kepada lanjut usia.

#### **B. Lokasi dan waktu kegiatan**

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Puskesmas Sapta Taruna yang akan direncanakan pada hari sabtu tanggal 25 Juli 2020. Susunan acara kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut :

Hari Sabtu, 25 Juli 2020

1. 09.00-09.15 sambutan kepala Puskesmas Sapta Taruna/ Penanggung jawab program
2. 09.15 – 09.30 Pre test (tanya jawab)
3. 09.30- 10.00 penyuluhan mengenai P3K pada lansia dan simulasi oleh ibu Dr.Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si
4. 10.00 – 10.15 post test (tanya jawab)
5. penutupan

#### **C. Sasaran Pengabdian Kepada Masyarakat**

Sasaran pengabdian kepada masyarakat adalah sebanyak 20 orang lanjut usia yang berada di Puskesmas Sapta Taruna.

#### **D. Tahapan pelaksanaan kegiatan**

Metode penerapan ipteks yang dilakukan dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi sebagai berikut:

1. Tahap persiapan : bekerjasama dengan Puskesmas Sapta Taruna untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan melakukan persyaratan administrasi (surat)
2. Tahap pelaksanaan : metode kegiatan ini dengan melakukan penyuluhan dengan ceramah dan simulasi P3K pada lansia
3. Tahap evaluasi : evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan atau peningkatan pengetahuan lansia terhadap materi yang telah disampaikan dengan melakukan pre dan post test (tanya jawab).

## BAB IV HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

### A. Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Penyuluhan dan Simulasi P3K Pada Posyandu Lansia di Puskesmas Sapta Taruna Pekanbaru” dilaksanakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat Prodi S2 Kesehatan Masyarakat STIKes Hang Tuah Pekanbaru yang berjumlah 4 (empat) orang. Kegiatan ini diadakan selama 1 (satu) hari pada hari sabtu tanggal 25 Juli 2020 yang dilakukan di Puskesmas Sapta Taruna Pekanbaru.

Adapun data karakteristik dari peserta atau lansia yang mengikuti pengabdian masyarakat sebagai berikut:

Tabel 1. Data Karakteristik Lansia

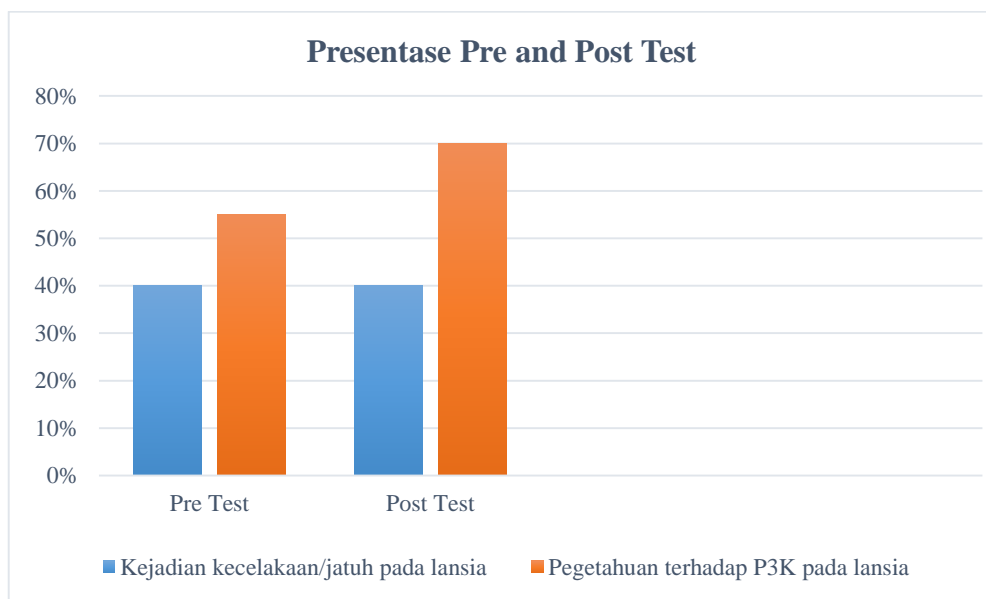
Jumlah lansia	Jenis kelamin	Usia	Berat badan	Tensi
15 orang	Perempuan : 13 orang	Paling muda : 57 tahun	Paling kurus : 36 kg	Rata-rata : 11070 - 143/88 mmHg
	Laki-laki : 2 orang	Paling tua : 89 tahun	Paling besar : 78 kg	
		Rata-rata : 67 tahun	Rata-rata : 58 kg	

Sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan terlebih dahulu dilakukan tanya jawab (post test) untuk mengetahui pengetahuan tentang pertolongan pertama yang dilakukan saat lansia mengalami kecelakaan atau jatuh. Pada pre test yang diberikan kepada lansia beberapa lansia pernah menjawab pernah mengalami kecelakaan atau jatuh namun tindakan pertolongan pertama yang dilakukan banyak yang tidak mengetahui apa yang harus dilakukan. Setelah dilakukan tanya jawab, dilakukan penyuluhan masyarakat terkait P3K pada Lansia. Secara umum pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan dapat berjalan dengan lancar dan tidak mengalami kendala sehingga pelaksanaan pengabdian

masyarakat ini dapat dilaksanakan sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat sebelumnya.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan mengenai P3K pada lansia. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk ceramah dan simulasi serta diskusi tanya jawab, diakhir sesi kegiatan dilakukan *feedback* untuk mengetahui apakah informasi yang disampaikan dapat diterima oleh peserta. Rata-rata lansia bisa menjawab pertanyaan mengenai P3K pada lansia (seperti pada gambar 1 dibawah ini). Dari pertanyaan yang bisa dijawab oleh peserta maka setiap peserta yang dapat menjawab pertanyaan dengan benar diberikan reward sebagai *reinforcement* positif bagi peserta dan bapak-ibu lanjut usia sangat senang dan antusias sekali mengikuti kegiatan penyuluhan ini.

Gambar 1. Presentase Pre dan Post Test



Dari gambar 1 diatas terlihat jelas bahwa sebanyak 40% lansia yang pernah mengalami kecelakaan atau jatuh sehingga saat dilakukan pre test pengetahuan lansia untuk menangani terjadinya kecelakaan atau jatuh hanya sebesar 55% yang mengetahui bagaimana menangani pertolongan pertama saat terjadinya kecelakaan dan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 70% saat diberikan post test setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi kepada lansia untuk penanganan dan

pertolongan pertama yang dilakukan saat kecelakaan atau jatuh pada lansia. Sehingga dengan adanya peningkatan pengetahuan ini bisa bermanfaat untuk menambah wawasan lansia dan apabila terjadi kecelakaan atau jatuh maka dapat ditangani dengan tepat karena risiko jatuh yang dialami oleh lansia lebih besar.

## **B. Pembahasan**

Berdasarkan hasil pre post dan post test yang telah dilakukan bahwa adanya perbedaan mengenai hasil pengetahuan lansia pada saat sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan dengan selisih sebesar 15%. Pada saat pretest lansia belum bisa menjawab pertanyaan yang diberikan, hanya beberapa orang saja yang bisa menjawab pertanyaan dan jawaban yang diberikan juga tidak lengkap yaitu sebesar 55%. Sedangkan saat post test rata-rata semua lanjut usia bisa menjawab pertanyaan dengan baik dan lengkap sebesar 70%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian lanjut usia belum mengetahui mengenai P3K pada lansia. Hal ini didukung oleh hasil pengabdian masyarakat menurut Yuda (2019) bahwa dari 27 lansia yang mengikuti kegiatan pengabdian sejumlah 40,7% mempunyai resiko tinggi jatuh sedangkan 59,3% tidak ada resiko jatuh. Dan pengetahuan lansia meningkat setelah diberikan penyuluhan mengenai pencegahan dan penanganan resiko jatuh pada lansia.

Risiko jatuh pada lansia banyak terjadi dan merupakan peristiwa yang dilaporkan oleh pasien atau keluarga yang melihat kejadian tersebut. Dimana kecelakaan yang sering terjadi tiba-tiba terbaring, duduk dilantai atau cedera. Kondisi jatuh pada lansia dengan riwayat penyakit tertentu dapat memperburuk kondisi lansia tersebut. Sehingga diperlukan informasi dan pengetahuan terkait penanganan pada pertolongan pertama baik bagi lansia maupun keluarga pasien. Menurut hasil penelitian Noorratri (2020) salah satu pengetahuan yang baik bagi lansia dan bisa memahami dengan menjelaskan bagaimana cara mendeteksi risiko pada lansia dan lansia bisa melakukan senam untuk mencegah jatuh.

Pertolongan pertama merupakan suatu upaya pertolongan dan perawatan sementara terhadap korban kecelakaan sebelum mendapat pertolongan yang lebih sempurna dari dokter atau paramedic yang bisa dilakukan oleh orang awam

termasuk keluarga yang melihat korban. Tindakan P3K yang dilakukan dengan benar akan mengurangi cacat atau penderitaan dan bahkan menyelamatkan korban dari kematian, tetapi bila tindakan P3K dilakukan tidak baik malah bisa memperburuk akibat kecelakaan bahkan membunuh korban. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Suyasa (2016) yang menyatakan bahwa pertolongan yang dapat dilakukan dengan menghubungi atau membawa korban ke fasilitas pelayanan kesehatan untuk mendapatkan tindak lanjut dan perawatan yang benar dari paramedis dan perlu disampaikan informasi kepada lansia atau keluarga korban mengenai jenis dan akses ke pelayanan kesehatan yang bisa digunakan untuk mencegah mengatasi jatuh.

### **C. Luaran yang dicapai**

Luaran yang diharapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini akan menghasilkan :

1. 1 buah laporan pengabdian masyarakat
2. 1 buah artikel pengabdian masyarakat yang akan dipublikasi pada jurnal pengabdian masyarakat
3. Publikasi pada koran tribun



## **BAB V**

### **RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA**

Kegiatan rencana tahapan selanjutnya adalah dengan melakukan tindak lanjut dari kegiatan dan evaluasi dari kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan. Sehingga rencana tahapan selanjutnya adalah dengan melakukan penyuluhan secara berkesinambungan di Posyandu lansia Puskesmas Saptas Taruna Pekanbaru yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai P3K pada lansia dan penanganan pada saat lansia jatuh. Sehingga bisa menambahkan wawasan bagi para lansia untuk lebih berhati-hati.

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan bahwa dapat disimpulkan diperlukan penyuluhan terkait P3K pada lansia untuk menambah pengetahuan yang ditandai dengan sebanyak 40% lansia yang pernah mengalami kecelakaan atau jatuh, dan hasil saat dilakukan pre test pengetahuan lansia dalam penanganan terjadinya kecelakaan atau jatuh sebesar 55% dan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 70% saat post test setelah dilakukan penyuluhan.

#### **B. Saran**

Diharapkan kepada pihak keluarga lansia bisa memahami bagaimana cara penanganan bagi lansia yang mengalami kecelakaan atau jatuh dan kepada kader posyandu lansia beserta Puskesmas Sapta Taruna bisa mengadakan penyuluhan secara berkala terkait P3K pada lansia yang dikhususnya bagi keluarga lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Huda, Miftakhul & Bunafit Komputer. 2010. Memebuat Aplikasi Data Base Dengan Java, MY SQL dan NetBeans. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Kementerian Kesehatan RI. 2012. Pedoman Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas. Jakarta: Kemenkes RI. Kementerian Negara RI. 1998. Undang-undang RI Nomor 13 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Jakarta: Lembaga Negara RI.
- Suyasa, I.G.P.D., Kamaryati, N.P., Susanti, N.L.P.D (2016). Deskriptif Tentang Isi Panduan Pencegahan Dan Penanganan Jatuh Pada Lansia. Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat. Unmas Denpasar.
- Noorratri, E.D (2020). Deteksi Dini Resiko Jatuh Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kentingan, Kecamatan Jebres, Surakarta. Gemassika Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol 4 no.2.
- Yudha, H.T., Utoyo, B., Ernawati (2019). Pemeriksaan Dan Pencegahan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Posyandu Gelora Desa Semondo. The 9 th University Research Colloquium 2019 Universitas Muhammadiyah Purworejo.

## Lampiran 1

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Nama dan gelar Akademik : Dr. Endang Purnawati R, SKM,M.Si
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Bengkalis, 25 Januari 1990
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : Magister IKM
5. NIP/NIDN : 1025019001
6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat
7. Kedudukan dalam Tim : Anggota
8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
Telepon/Faksimili : 0761-33815  
E-mail : endangpurnawati90@gmail.com
9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2015	Pemberdayaan PHBS di sekolah	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
2	2016	Penyuluhan bahaya merokok pada siswa MAN 1 Pekanbaru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
3	2017	Penyuluhan pencegahan diare berbasis STBM di wilayah kerja puskesmas rumbai bukit	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
4	2018	Penyuluhan makanan jajanan anak sekolah sehat dan bergizi di SD Kusuma Pekanbaru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
5	2019	Penyuluhan penyuluhan mengenai gizi lanjut usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	1,5

Pekanbaru, Desember 2020  
Ketua,

(Dr.Endang Purnawati R,SKM,M.Si)  
NIP/NIDN. 1025019001

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP  
PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

1. Nama dan gelar Akademik : Dr. Herniwanti, MS  
 2. Tempat dan Tanggal Lahir : Batang Tabit, 20 November 1974  
 3. Jenis kelamin : Perempuan  
 4. Program Studi : Magister IKM  
 5. NIP/NIDN : 1020117401  
 6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat  
 7. Kedudukan dalam Tim : Anggota  
 8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
 Telepon/Faksimili : 0761-33815  
 9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2019	Penyuluhan Personal Higiene Pada Lanjut Usia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru - Januari 2020	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	1,5

Pekanbaru, Desember 2020  
Anggota,

(Dr. Herniwanti)  
NIP/NIDN. 1020117401

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP  
PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

1. Nama dan gelar Akademik : Dr. drg. Oktavia Dewi, M.Kes  
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Padang, 15 Oktober 1970  
3. Jenis kelamin : Perempuan  
4. Program Studi : Magister IKM  
5. NIP/NIDN : 0015107001  
6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat  
7. Kedudukan dalam Tim : Anggota  
8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
Telepon/Faksimili : 0761-33815  
9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	-	-	-	-

Pekanbaru, Desember 2020  
Anggota,

(Dr.drg. Oktavia Dewi, M.Kes)  
NIP/NIDN. 0015107001

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Nama Lengkap dan gelar Akademik : Jasrida Yunita, SKM, M.Kes
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Kp. Kandang/27 Juni 1980
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : Magister IKM
5. NIP/NIDN : 0027068002
6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat
7. Kedudukan dalam Tim : Anggota
8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
Telepon/Faksimili : 0761-33815  
E-mail : jasridayunita@gmail.com
9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2012	Upaya Penanggulangan DBD di Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru (Anggota)	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	2,5
2	2012	Pemanfaatan Posyandu Pasca Imunisasi Dasar Kampung Besar Kota Kec. Rengat Kab. Inhu (Ketua)	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
3	2012	Penyuluhan tentang Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Puskesmas Umban Sari Rumbai	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
4	2013	Pelatihan Pengisian Laporan Kinerja Dosen (LKD) dan Beban Kerja Dosen (BKD) bagi Dosen di Lingkungan STIKes Hang Tuah Pekanbaru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
5	2012	Upaya Penanggulangan DBD di Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru (Anggota)	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	2,5
6	2016	Pembentukan Posyandu Baru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
7	2017	Pelatihan Kader Posyandu Permata Ibu RW 24 Sidomulyo Barat Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5

Pekanbaru, Desember 2020

Anggota,

(Jasrida Yunita, SKM, M.Kes)

NIP/NIDN. 0027068002

**JADWAL PELAKSANAAN PENGABDIAN**

Hari Sabtu, 11 Juli 2020

Pukul	Kegiatan	Penanggung Jawab
09.00-09.15	Sambutan kader posyandu Puskesmas Sapt Taruna Pekanbaru	Tim pengabdian masyarakat
09.15 – 09.30	Pre test	Tim pengabdian masyarakat
09.30- 09.50	Penyuluhan mengenai P3K pada lansia	Dr.Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si
09.50 – 10.00	Post test	Tim pengabdian masyarakat
10.00 – 10.15	Pembagian snack dan gift kepada lansia	Tim pengabdian masyarakat
10.10-selesai	Penutupan	Tim pengabdian masyarakat





SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

# HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646  
email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

No : 12/STIKes-HTP/VII/2020/0268

Pekanbaru, 20 Juli 2020

Lamp. : -

Perihal : **Permohonan Rekomendasi Izin  
Pengabdian Dosen**

Kepada Yth.

**Ibu ketua Kader Posyandu Lansia Tangkerang Labuai**

di-

Pekanbaru

Dengan hormat

Bersama ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu, bahwa dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru bermaksud akan melakukan pengabdian dalam rangka memenuhi kewajiban/tugas-tugas dalam melakukan tridharma perguruan tinggi, sebagai berikut:

Nama	: Dr.Endang P. Rahayu, Msi	NIDN : 1025019001
	Dr. drg. Oktavia Dewi, M.Kes	NIDN : 0015107001
	Dr. Herniwanti.S.Pd, Kim.M.S	NIDN : 1020117401
	Jasrida Yunita, SKM., M.Kes	NIDN : 0027068002
Tempat Pengabdian	: Posyandu Lansia Tangkerang Labuai – Jln. Kesadaran Puskesmas Sapta Taruna- Kec. Bukit Raya, Kota Pekanbaru	
Judul Pengabdian	: Lansia Aktif Dan Sehat Menghadapi Masa New Normal, “P3K Pada Lansia”	

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengabdian sehingga pengabdian yang dimaksud dapat berjalan sebagaimana mestinya dan selesai tepat pada waktunya.

Demikianlah dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

STIKes Hang Tuah Pekanbaru  
Ketua,



**H. Ahmad Hanafi, SKM., M. Kes**

No Reg : 10306114265



# PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN (P3K) PADA LANSIA

Oleh:

Dr. Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si



# DEFINISI

- ' PERTOLONGAN/ BANTUAN PERTAMA YANG DI BERIKAN KEPADA ORANG YANG CEDERA AKI BAT KECELAKAAN, SEBELUM DI TANGANI OLEH TENAGA MEDI S ATAU PENANGANAN LEBIH LANJ UT.





# TUJUAN



1. MENYELAMATKAN NYAWA
2. MENCEGAH CEDERA/  
KONDISI LEBIH PARAH
3. MEMPERCEPAT PENYEMBUHAN



# FIRTS AID KIT



# PRINSIP- PRINSIP P3K



SIKAP PENOLONG :

Tenang/tidak ikut  
panik

Percaya Diri

Cekatan

Cerdik

inisiatif



# TUGAS PENOLONG

Menilai keadaan sekitar korban  
yang bisa membahayakan jiwa  
maupun korban

Reruntuhan

aliran listrik

ceceran bahan  
kimia

sumber api/gas ,  
dll



# TUGAS PENOLONG



Situasi Aman

Lakukan Pemeriksaan

Tanda - tanda

Keadaan Umum

Kesadaran

gangguan pernafasan

posisi korban

perdarahan

kronologis kejadian dari korban/saksi

sadar

jejas/memar

penurunan kesadaran

patah tulang

tidak sadar

shock



# TUGAS PENOLONG



- Memindah/mobilisasi korban perlu atau tidak?
  - ^ ada benda disekitar korban yg berbahaya
  - ^ tempat yg aman, ada kerumunan,  
teduh/banyak oksigen
  - ^ tidak ada tanda-tanda patah tulang/cedera berat
  - ^ perhatikan cara memindah

**“MENOLONG BUKAN  
MENAMBAH/MEMPERPARAH CEDERA”**



### 3. Melakukan Tindakan :

#### a. Mengatasi segera hal-hal yg membuat korban :

- kehilangan nyawa (perdarahan, gangguan nafas, henti jantung, dll)
- tidak nyaman/sakit (kepanasan, kedinginan, pakaian ketat, ketakutan, basah, memasang alat/fiksasi)
- risiko kecelakaan susulan (padamkan api, putuskan aliran listrik/starter, dll)

#### a. Menghubungi pihak berwajib/ambulan/petugas medik

#### c. Membawa/mengantar korban ke fasilitas kesehatan terdekat/trauma center

## Cara Melakukan tindakan pertolongan

```
graph LR; A[Cara Melakukan tindakan pertolongan] --> B[Pakai alat perlindungan diri dan siapkan alat jika tersedia]; A --> C[Penanganan beragam sesuai dgn penyebab kecelakaan dan kondisi cedera]; A --> D[Tentukan prioritas (kondisi yg paling mengancam nyawa)];
```

Pakai alat perlindungan diri dan siapkan alat jika tersedia

Penanganan beragam sesuai dgn penyebab kecelakaan dan kondisi cedera

Tentukan prioritas (kondisi yg paling mengancam nyawa)

# PINGSAN

- ' Pada pingsan fungsi otak terganggu shg px tdk sadarkan diri
- ' Penyebab : kekurangan zat asam dlm darah, terlampau kepanasan/kedinginan, kehilangan byk darah, terkena aliran listrik, akibat penyakit : ginjal, kencing manis, ayan, kerusakan otak dan keracunan



# GEJALA PINGSAN



- ' Px tdk menyahut bila dipanggil, tdk ada reaksi (dicubit, ditusuk)
- ' Terbaring tdk bergerak, terkadang gelisah
- ' Pernafasan ada, denyut nadi dpt diraba



# PERTOLONGAN PADA ORANG PINGSAN

1. Baringkan Px ditempat dgn udara segar
2. Jika muka merah >>kepala ditinggikan dan jika pucat >>baringkan tanpa bantal
3. Hendaknya kepala dimiringkan kalau px muntah
4. Isi mulut (makanan, gigi palsu) dikeluarkan
5. Pakaian menyempit dilonggarkan
6. Px diselimuti agar tdk kedinginan
7. Jangan berikan makanan/minuman
8. Jangan ditinggalkan seorang diri
9. Bawa px ke RS/dokter/klinik kesehatan

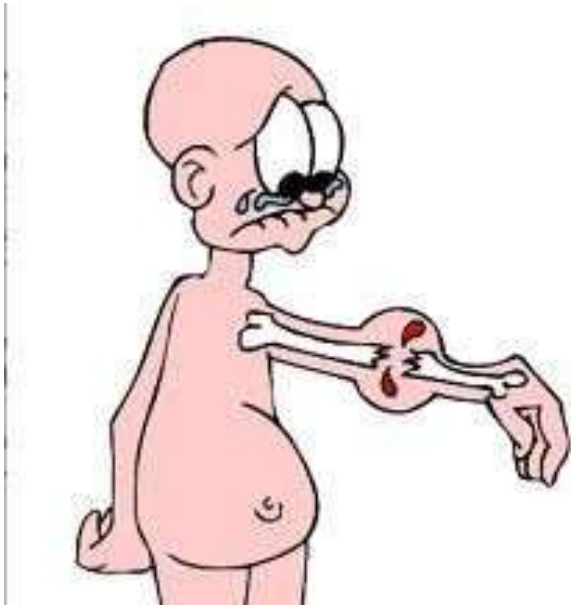


# PERTOLONGAN PADA PATAH TULANG



- Dalam penanganan patah tulang (fraktur) yang penting diperhatikan adalah ; mencegah komplikasi lebih parah, mencegah perdarahan, mencegah infeksi. Secara teoritis patah tulang dibagi menjadi 2; patah tulang terbuka dan patah tulang tertutup.
- Penanganan pertama pada patah tulang secara prinsipil adalah menghindari gerakan-gerakan/gesekan-gesekan pada bagian yang patah. Tindakan ini dapat dilakukan pembidaian/ pasang spalk dengan menggunakan kayu atau benda yang dapat menahan agar kedua fraksi yang patah tidak saling bergesekan.

# ...PATAH TULANG



Selain itu, khusus pada patah tulang terbuka, maka penolong juga mencegah agar luka tersebut tidak terkontaminasi dengan kotoran/ infeksi.

Pada patah tulang vertebra, yang perlu diperhatikan adalah saat pengangkatan korban harus dalam keadaan vertebranya lurus, artinya korban harus diletakkan pada alas kasur yang keras, untuk menghindari cedera saraf pada vertebra. Patah tulang vertebra termasuk yang sangat gawat apabila daerah frakturnya sekitar leher, karena dapat menyebabkan kelumpuhan total pada seluruh anggota badan. Fraktur pada tulang tengkorak dapat menyebabkan kematian mendadak, sehingga seringkali pertolongan pertama pun tidak sempat dilakukan.





# ...PATAH TULANG



- Tidurkan korban patah tulang dan jangan banyak bergerak yang tidak perlu.
- Pasang penyangga tulang yang patah agar patahan tulangnya tidak semakin patah baik dengan menggunakan spalk / bidai, tongkat, kayu, sapu ijuk, tiang antena, dll yang ringan dan kuat diikat atau dibalut kuat tetapi tidak membuat ikatan atau balutan di bagian yang patah.



# PERTOLONGAN PADA MUNTABER



- ' Bahaya pertama pada muntaber adalah kehilangan cairan yg banyak.
- ' Pertolongan pertama dgn memberikan cairan sebanyak mungkin : air minum + oralit atau larutan gula garam :
  - gula (1sdm), garam (sckpnya/seujung sdt, air 1 gls)



# PERTOLONGAN PADA LUKA



- ' Luka Lecet ;  
bersihkan luka dgn  
air + obat antiseptik  
>>tutup luka dgn  
kasa steril/plester
- ' Luka Memar :  
jaringan yg memar  
dikompres dgn es/air  
dingin



# LUKA BAKAR



- ' Rendam bagian yg terbakar dlm air es/air dingin
- ' Bagian yg melepuh jangan dikelupas, biarkan saja sampai sembuh sendiri



- Luka Robek ;  
luka robek umumnya memerlukan jahitan.  
Pertolongannya setelah dilakukan desinfeksi, luka ditutup dgn kasa steril dgn dibalut/diplester



# LUKA PADA SENGGATAN BINATANG



Sebagai pedoman dasar pada setiap luka gigitan, maka yang utama dilakukan adalah mengeluarkan racun yang sempat masuk ke dalam tubuh korban dengan menekan sekitar luka sehingga darah yang sudah tercemar sebagian besar dapat dikeluarkan dari luka tersebut. Seringkali luka yang ditimbulkan tidak sampai mengeluarkan darah, seyogyanya luka tersebut diperlebar secukupnya sampai penolong dapat mengeluarkan darah yang tercemar itu.





## ...SENGATAN BINATANG

- Sambil menekan agar racunnya keluar juga dapat dilakukan pembebatan( ikat) pada bagian atas dari gigitan, ini bertujuan untuk mencegah semakin tersebarnya racun ke



- Tidak dianjurkan mengisap tempat gigitan, hal ini dapat membahayakan bagi pengisapnya.

dalam tubuh yang lain.

- Selanjutnya segera mungkin dibawa ke pusat kesehatan yang lebih maju untuk perawatan lanjut.



TERIMA KASIH





Lampiran 5

**DAFTAR KEHADIRAN PESERTA PENGABDIAN**

No	Nama	Usia	JK	Lama mengikuti posyandu lansia	Tensi	Berat badan
1	Sidi Ali Zaman	73	Lk	2019	113/67	67
2	Nurbaida	66	Pr	2018	131/72	63
3	Misnarwati MS	68	Pr	2016	140/65	46
4	Hj. Yurna	60	Pr	2018	143/88	62
5	Ibu Ani	60	Pr	2020	111/56	50
6	Hj. Nurlaina	57	Pr	2016	110/80	60
7	Hj. Nisniati	65	Pr	2019	114/77	55
8	Mukhlis MZ	68	Lk	2016	130/80	78
9	Ibu Asti	64	Pr	2019	114/63	56
10	Rosnida	69	Pr	2016	115/70	36
11	Maslia	62	Pr	2016	120/70	60
12	Hj. Rohana	89	Pr	2016	130/80	60
13	Rosani	64	Pr	2017	120/60	57
14	Ibu linda	65	Pr	2018	110/80	58
15	Siti Astuti	67	Pr	2019	115/70	60

Lampiran 6



Lansia beserta kader posyandu lansia yang mengikuti penyuluhan



Saat memberikan materi penyuluhan dan pemberian gift kepada lansia

## Laporan Penggunaan Anggaran

<b>1. Honor</b>				
<b>Honor</b>	<b>Honor/jam</b>	<b>Waktu</b>	<b>Minggu</b>	<b>Jumlah Honor</b>
	<b>(Rp)</b>			
<b>SUB TOTAL</b>				Rp. 0
<b>2. Pembelian Bahan habis pakai</b>				
<b>Material</b>	<b>Justifikasi</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan (RP)</b>	<b>Harga Jumlah</b>
	<b>Pemakaian</b>			
Kertas A4	Media cetak pelaporan	2 rim	Rp 50.000	Rp 100.000
Cartridge printer	Mencetak pelaporan	1 buah	Rp 200.000	Rp 200.000
Flash Disk	Bahan	1	Rp 100.000	Rp 100.000
Fotokopi	Proposal dan laporan	100 lembar x 10 rkp	Rp 200	Rp 200.000
Jilid	Proposal dan laporan	10	Rp 20.000	Rp 200.000
Book file	Penyimpanan arsip	2	Rp 50.000	Rp 100.000
Pulsa	Komunikasi antar anggota peneliti	2	Rp 50.000	Rp 100.000
Kuota internet	Bahan untuk mencari referensi	2	Rp 100.000	Rp 200.000
Spanduk	Spanduk	1	Rp 200.000	Rp 200.000
Snack dan buah	Peserta	20	Rp 20.000	Rp 400.000
Snack dan makan siang	Panitia	5	Rp 30.000	Rp 150.000
Souvenir	Kenang- kenangan	20	Rp 40.000	Rp 800.000
<b>SUB TOTAL</b>				<b>Rp 2.750.000</b>
<b>3. Perjalanan</b>				
<b>Perjalanan</b>	<b>Justifikasi</b>	<b>Kuantitasi</b>	<b>Harga Satuan (RP)</b>	<b>Harga Jumlah</b>
	<b>Pemakaian</b>			
Pengurusan ijin	Perizinan	2	Rp. 100.000	Rp 200.000
Penyuluhan	Penyuluhan	1	Rp 100.000	Rp 100.000
<b>SUB TOTAL</b>				<b>Rp 300.000</b>
<b>4. Lain-lain</b>				
<b>Lain-lain</b>	<b>Justifikasi</b>	<b>Kuantitasi</b>	<b>Harga Satuan (RP)</b>	<b>Harga Jumlah</b>
	<b>Pemakaian</b>			
Publikasi	Publikasi	1	Rp 500.000	Rp 500.000
Koran	Publikasi	1	Rp 250.000	Rp 250.000
PPh 21 (5%)	Pajak	1	Rp 200.000	Rp 200.000
<b>SUB TOTAL</b>				<b>Rp 950.000</b>
<b>TOTAL ANGGARAN YANG DIPERLUKAN SELURUHNYA (Rp)</b>				<b>Rp 4.000.000</b>