

Peningkatan Pengetahuan Pertolongan Pertama (First Aid) sebagai Upaya Penanganan Keselamatan Kerja di Lingkungan Perusahaan Jasa Keamanan

Improving First Aid Knowledge as a Measure to Ensure Workplace Safety in the Security Services Industry

Ritanti^{1*}, Ariesanti Arsa Nabila¹, Jennifer Ery Wiradinata¹, Atikah Al Afifah¹, Aulia Fahreza¹, Aprilia Tri Cahyani Putri¹, Yeni Bellina Rusdiana¹

¹Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran", Jakarta, Indonesia

Kata Kunci :

Pengetahuan, pertolongan pertama, keselamatan kerja, pekerja

ABSTRAK

Pendahuluan: Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) merupakan langkah preventif dalam meminimalkan risiko kecelakaan kerja sekaligus membangun atmosfer lingkungan kerja yang kondusif. Tenaga kerja pada perusahaan jasa keamanan memiliki risiko terjadinya cedera sehingga memerlukan pengetahuan dan keterampilan dasar mengenai pertolongan pertama (first aid). Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan tenaga kerja mengenai pertolongan pertama di Kantor Mako Citra Indah City Jonggol, Bogor, Jawa Barat. **Metode :** edukasi lisan, demonstrasi, diskusi interaktif, serta pengukuran performa sebelum dan sesudah kegiatan pada 21 orang. **Hasil:** Data menunjukkan terjadinya kenaikan nilai kolektif peserta dari 53,33 menjadi 79,05 setelah edukasi diberikan. **Kesimpulan:** Edukasi pertolongan pertama efektif meningkatkan pengetahuan tenaga kerja mengenai penanganan awal kecelakaan kerja dan dapat diterapkan sebagai upaya promotif serta preventif di lingkungan kerja.

Keywordi :

Knowledge, first aid, workplace safety, workers

ABSTRACT

Introduction: Occupational Health and Safety (OHS) serves as a preventive measure to minimize the risk of workplace accidents while fostering a conducive work environment. Personnel in security service companies face injury risks, necessitating basic knowledge and skills regarding first aid. This activity aimed to enhance the first aid knowledge of personnel at the Mako Citra Indah City office in Jonggol, Bogor, West Java. **Methods:** The study employed verbal education, demonstrations, interactive discussions, and performance assessments conducted before and after the activity with 21 participants. **Results:** Data indicated an increase in the participants' collective score from 53.33 to 79.05 following the educational session. **Conclusion:** First aid education is effective in improving personnel knowledge regarding the initial management of workplace accidents and can be implemented as a promotional and preventive measure within the work environment.

Copyright © 2026 Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima
All rights reserved

Corresponding Author:

Leya Indah Permatasari

Email: leya.indah@umc.ac.id

Article history

Received date : 13 Juli 2026

Revised date : 27 Juli 2026

Accepted date : 29 Juli 2026

1. PENDAHULUAN

Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) adalah suatu sistem yang dirancang untuk mencegah terjadinya insiden di tempat kerja, mengurangi potensi bahaya yang dapat dialami pekerja, menciptakan kondisi kerja yang aman, sehat, dan mendukung produktivitas serta kesejahteraan tenaga kerja (Sarbiah, 2023). Namun, kecelakaan kerja masih menjadi permasalahan serius di berbagai sektor, termasuk perusahaan jasa keamanan yang memiliki mobilitas tinggi dan potensi menghadapi situasi darurat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi awal yang dilakukan sesegera mungkin dan sesuai prosedur untuk meminimalkan tingkat keparahan cedera.

Tindakan pertolongan pertama (*first aid*) merupakan upaya awal yang dilakukan sesaat setelah terjadi cedera atau keadaan darurat, sebelum korban mendapatkan penanganan dari tenaga medis, guna mempertahankan kelangsungan hidup korban, mengurangi rasa sakit dan penderitaan korban, mencegah komplikasi, serta mengurangi risiko kecacatan (Aliftitah & Oktavianisya, 2023; Ramadhina et al., 2025). Kendati sudah memiliki landasan hukum melalui Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi Republik Indonesia Nomor PER.15/MEN/VIII/2008, implementasi P3K di tempat kerja masih belum optimal. Penelitian menunjukkan bahwa ketersediaan fasilitas belum diimbangi dengan pemahaman dan kompetensi tenaga kerja dalam memberikan pertolongan pertama sesuai prosedur yang berlaku. Pemahaman tenaga kerja mengenai prinsip dasar pertolongan pertama, seperti penilaian Airway, Breathing, Circulation (ABC), metode RICE, serta penggunaan kotak P3K masih belum merata, maupun penggunaan kotak P3K masih belum merata di kalangan tenaga kerja non-kesehatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, pendidikan kesehatan berperan sebagai langkah untuk memperkuat pengetahuan dan kesiapan pekerja dalam merespons insiden kecelakaan kerja. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman mengenai prinsip dasar pertolongan pertama, penggunaan fasilitas P3K, serta penanganan cedera ringan pada tenaga kerja di lingkungan perusahaan jasa keamanan. Edukasi dilaksanakan oleh mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta di Kantor Mako Citra Indah City Jonggol, Bogor, Jawa Barat, sebagai upaya mendukung terciptanya lingkungan kerja yang aman dan responsif terhadap kondisi darurat.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menerapkan pendekatan edukasional promosi kesehatan dengan metode ceramah interaktif, demonstrasi praktik, diskusi, serta evaluasi kuantitatif. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 16 Mei 2026, bertempat di Kantor Mako Citra Indah City Jonggol, Bogor, Jawa Barat. Peserta yang menjadi fokus kegiatan ini adalah para pekerja di sektor jasa keamanan, dengan total jumlah peserta sebanyak 21 orang.

Prosedur pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi tiga fase utama, yaitu fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase evaluasi. Pada fase persiapan, dilakukan pengurusan perizinan dengan pihak manajemen perusahaan jasa keamanan, koordinasi teknis, penyusunan materi edukasi pertolongan pertama, pembuatan media promosi kesehatan berupa *PowerPoint*, leaflet, dan poster, serta penyusunan instrumen evaluasi. Pada fase pelaksanaan, acara dimulai dengan pengisian *pre-test* oleh peserta untuk menilai pengetahuan awal. Selanjutnya, penyampaian materi dilakukan mengenai prinsip dasar penanganan ABC (*Airway, Breathing, Circulation*), penggunaan fasilitas kotak P3K, metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*) untuk cedera ringan, serta langkah pencegahan kecelakaan kerja. Setelah pemaparan, dilakukan demonstrasi penggunaan alat P3K dan simulasi metode RICE, yang diselingi dengan *ice breaking* interaktif melalui permainan “Mitos atau Fakta”. Tahap ini diakhiri dengan pengisian *post-test* oleh seluruh peserta. Sementara itu, pada tahap evaluasi dilakukan analisis perbandingan nilai untuk melihat efektivitas program edukasi yang telah diberikan.

Data penilaian dikumpulkan menggunakan instrumen berupa tes pilihan ganda yang terdiri dari 10 pertanyaan yang telah disesuaikan dengan materi penyuluhan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pengisian lembar *pre-test* sebelum sesi pematerian dan *post-test* setelah seluruh rangkaian edukasi selesai dilaksanakan. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif. Data nilai yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* diolah untuk menghitung nilai standar terkecil, nilai tertinggi, serta rata-rata (*mean*) nilai peserta. Hasil analisis ini kemudian disajikan dalam format tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan dinamika peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan intervensi edukasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi pertolongan pertama (*first aid*) dilaksanakan pada 21 tenaga kerja di lingkungan perusahaan jasa keamanan. Evaluasi kegiatan dilakukan untuk memahami perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi. Pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* yang memuat materi mengenai prinsip dasar pertolongan pertama, penggunaan kotak P3K, metode RICE (*Rest, Ice, Compression, Elevation*), serta penanganan awal kecelakaan kerja. Hasil evaluasi disajikan dalam bentuk nilai rata-rata, nilai tertinggi, dan nilai terendah peserta.

Tabel 1 memperlihatkan tingkat pemahaman para peserta sebelum mendapatkan edukasi pertolongan pertama. Rata-rata nilai *pre-test* peserta sebesar 53,33 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 20. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan peserta mengenai pertolongan pertama dan keselamatan kerja masih belum optimal sehingga diperlukan intervensi edukasi untuk meningkatkan pemahaman peserta.

Tabel 1. Hasil Pre-Test

Kriteria nilai	<i>Pre test</i>
N	21
Mean	53,33
Nilai tertinggi	80
Nilai terendah	20

Setelah penyampaian materi dan demonstrasi pertolongan pertama, dilakukan pengukuran kembali menggunakan instrumen *post-test*. Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai rata-rata peserta naik menjadi 79,05 dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 30. Hasil ini mengindikasikan adanya kemajuan dalam pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi.

Tabel 2. Hasil Post-Test

Kriteria nilai	<i>Post test</i>
N	21
Mean	79,05
Nilai tertinggi	100
Nilai terendah	30

Hasil dari kegiatan ini mengindikasikan bahwa terdapat peningkatan dalam pemahaman peserta setelah mengikuti sesi edukasi. Merujuk pada Tabel 2, nilai rata-rata peserta menunjukkan kenaikan dari 53,33 pada saat *pre-test* menjadi 79,05 pada

saat post-test. Hal ini berarti ada peningkatan sebesar 25,72 poin atau sekitar 48,23%. Kenaikan tersebut mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan tenaga kerja mengenai prinsip dasar pertolongan pertama, penggunaan kotak P3K, metode RICE (Rest, Ice, Compression, Elevation), serta langkah awal penanganan kecelakaan di tempat kerja.

Peningkatan pemahaman ini dapat terjadi karena peserta memperoleh informasi baru melalui pendekatan ceramah interaktif yang dipadukan dengan demonstrasi praktik. Demonstrasi memberi kesempatan kepada peserta untuk menyaksikan secara langsung tahapan pertolongan pertama sehingga materi menjadi lebih mudah dipahami dan diingat. Disamping itu, keterlibatan peserta dalam diskusi serta sesi tanya jawab turut menciptakan proses pembelajaran yang aktif dan mendukung pendalaman pemahaman terhadap materi yang disampaikan.

Temuan ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Atmojo et al. (2022) yang mengemukakan bahwa pembelajaran pertolongan pertama dengan metode drill and practice mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kompetensi individu dalam memberikan pertolongan pertama. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perpaduan antara penyampaian informasi dan praktik langsung memberikan pengalaman belajar yang lebih efektif dibandingkan dengan penyampaian teori semata. Penelitian lain oleh Prasetyo dan Kusnanto (2022) juga mengungkapkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai pertolongan pertama pada kecelakaan.

Selain ceramah dan demonstrasi, kegiatan ini juga menerapkan ice breaking melalui permainan “Mitos atau Fakta” untuk meningkatkan partisipasi peserta selama proses edukasi. Melalui kegiatan tersebut, peserta diajak mengenali kesalahan umum dalam penanganan sehari-hari, seperti penggunaan pasta gigi pada luka bakar. Pendekatan ini membantu peserta menghubungkan pengalaman pribadi dengan materi yang diberikan sehingga pembelajaran menjadi lebih menarik dan mudah dipahami. Hasil kajian Utami et al. (2025) menegaskan bahwa penggunaan ice breaking dalam pembelajaran dapat memperkuat fokus, keterlibatan, dan keaktifan peserta saat proses belajar dilakukan.

Peningkatan nilai yang cukup tinggi setelah edukasi menunjukkan bahwa tenaga kerja membutuhkan informasi yang memadai mengenai pertolongan pertama di lingkungan kerja. Hal ini penting mengingat pekerja di perusahaan jasa keamanan memiliki risiko menghadapi berbagai situasi darurat dan kecelakaan kerja. Pemahaman

yang baik tentang pertolongan pertama memungkinkan pekerja melakukan tindakan awal secara cepat dan tepat sebelum penanganan medis lanjutan diberikan, sehingga dapat meminimalkan risiko komplikasi dan mengurangi tingkat keparahan cedera.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi pertolongan pertama dapat menjadi strategi promotif dan preventif dalam penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). Dengan demikian, program edukasi serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan agar pengetahuan dan kesiapsiagaan tenaga kerja dalam menghadapi kondisi darurat dapat terus ditingkatkan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi kesehatan mengenai pertolongan pertama (*first aid*) sebagai penanganan keselamatan kerja di lingkungan perusahaan jasa keamanan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tenaga kerja. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata peserta dari 53,33 pada saat *pre-test* menjadi 79,05 pada saat *post-test*, dengan peningkatan sebesar 25,72 poin atau sekitar 48,23%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa metode penyuluhan dengan ceramah, demonstrasi, diskusi interaktif, dan penggunaan media edukasi mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai prinsip dasar pertolongan pertama, penggunaan kotak P3K, penanganan cedera ringan, serta pentingnya penerapan keselamatan dan kesehatan kerja (K3).

Tingginya partisipasi peserta dalam sesi *ice breaking* menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik dan berpotensi diterapkan dalam situasi nyata di lingkungan kerja. Oleh karena itu, edukasi *first aid* dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan kesiapsiagaan tenaga kerja terhadap kecelakaan kerja serta mendukung terciptanya lingkungan kerja yang aman, sehat, dan responsif terhadap kondisi darurat.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Aliftitah, S., & Oktavianisya, N. (2023). Peningkatan pengetahuan melalui pelatihan pertama pada cedera di sekolah dengan metode peer teaching. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13(1), 1-9.
- American Heart Association. (2024). First Aid Guidelines Update.
- Atmojo, D. S., Quyumi, E., & Kristanto, H. (2022). Efektivitas pelatihan pertolongan pertama pada pengetahuan, keterampilan dan kompetensi awam terlatih

- dengan metode drill dan practice. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 283-290.
- Anggrasari, A. P., & Farida, D. (2025). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Di Sekolah. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 6(1), 46-52.
- Bayu, S., & Usiono, U. (2023). Edukasi Pentingnya P3k (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) Kepada Masyarakat: Systematic Literatur Review (Slr). *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 20364.
- Anggrasari, A. P., & Farida, D. (2025). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Di Sekolah. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 6(1), 46-52.
- Bayu, S., & Usiono, U. (2023). Edukasi Pentingnya P3k (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan) Kepada Masyarakat: Systematic Literatur Review (Slr). *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 20364.
- Hidayat, M. F., & Utami, P. (2023). Penerapan Program Promosi Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) Terhadap Penurunan Angka Kecelakaan Kerja. *Jurnal Kesmasindo*, 15(3), 201-210
- Kurniawan, R., & Lestari, D. (2025). Efektivitas Metode Ceramah Interaktif dan Demonstrasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Resusitasi Jantung Paru (RJP) pada Petugas Keamanan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 8(2), 88-96.
- Kurniawan, W., & Agustini, A. (2023). *Promosi Kesehatan di Tempat Kerja: Strategi Implementasi K3*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Oktavianisya, N., & Aliftitah, S. (2023). Peningkatan pengetahuan melalui pelatihan pertama pada cedera di sekolah dengan metode peer teaching. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13 (1), 1-9.
- Peraturan Menteri Republik Indonesia No.PER15/MEN/VIII/2008 tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan di Tempat Kerja, 2008.
- Prasetyo, V., & Kusnanto, K. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas XI Tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan di SMK Kesehatan Patriot 3 Bekasi 2022. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(3), 2417-2422
- Ramadhina, A., Nasution, NI, Habibah, N., & Usiono, U. (2025). Upaya Pertolongan Pertama pada Orang yang Kecelakaan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 3

- (1), 107-118.
- Rustandi, H., Sofais, D. A. R., Samidah, I., Murwati, M., Suyanto, J., & Darmawansyah, D. (2023). Pengaruh Roleplay Pendidikan Kesehatan Tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3k) Terhadap Pengetahuan Pemandu Parawisata Di Desa Blitar Sebrang Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2022. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (Mude)*, 2(1), 7-10.
- Sarbiah, A. (2023). Penerapan pelaksanaan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) pada karyawan. *Informasi Kesehatan: Jurnal Penelitian*, e1210-e1210.
- Siwi, I. N., & Wijaya, L. N. (2023). Pengaruh Edukasi dengan Metode Simulasi Terhadap Pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 14(2), 224-229.
- Soputan, G. J. (2022). *Manajemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)*. Sleman: Deepublish.
- Suharto, S., & Rahayu, S. (2023). Pelatihan Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) untuk Meningkatkan Kesiapsiagaan Tenaga Kerja Non-Kesehatan di Lingkungan Industri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2), 115-122.
- Tarwaka. (2021). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3): Manajemen Risiko K3 dan Implementasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Utami, H. P., Saribanon, D. I., Azzahra, D. A., Tetep, T., & Mulyani, S. S. (2025). Pengaruh Ice Breaking terhadap Peningkatan Partisipasi Aktif Peserta Didik dalam Pembelajaran Pendidikan Pancasila di Kelas IX-G SMPN 6 Garut. *PTK: Jurnal Tindakan Kelas*, 6(1), 239-252.
- Poetra, R. P. (2021). *Pengantar Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)*. Makassar: Tohar Media.
- Wulandari, N. A., Fanani, Z., & Prayogi, B. (2022). *Buku Ajar Pertolongan Pertama*. Malang: Media Nusa Creative.