

**PENGARUH EDUKASI HEIMLICH MANUEVER TERHADAP PENGETAHUAN SISWA
TENTANG PENANGANAN TERSEDAK DI SMPIT SALSABILA PALEMBANG**

**Setiawan¹, Shinta Maharani^{2*}, Dewi Rury Arindari³, Rahmalia Afriyani⁴,
Lela Aini⁵**

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIK Siti Khadijah
e-mail korespondensi: laksamanadzaki@gmail.com

ABSTRAK

Tersedak merupakan kondisi kegawatdaruratan yang dapat menyebabkan obstruksi jalan napas, hipoksia, hingga kematian apabila tidak segera ditangani. Rendahnya pengetahuan siswa mengenai penanganan tersedak berpotensi meningkatkan risiko keterlambatan pertolongan pertama di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi Heimlich maneuver terhadap pengetahuan siswa tentang penanganan tersedak di SMPIT Salsabila Palembang. Penelitian menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one-group pretest–posttest. Sampel penelitian sebanyak 74 siswa dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan penanganan tersedak, kemudian dianalisis dengan uji Wilcoxon Signed-Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan median skor pengetahuan dari 60 (minimum–maksimum: 30–80) sebelum intervensi menjadi 70 (50–100) setelah intervensi. Analisis statistik menunjukkan perbedaan yang bermakna antara skor pretest dan posttest ($p < 0,001$). Edukasi Heimlich maneuver terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai penanganan tersedak. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi pertolongan pertama berbasis sekolah berpotensi menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kesiapsiagaan siswa menghadapi kegawatdaruratan. Integrasi pelatihan Heimlich maneuver ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah direkomendasikan sebagai upaya promotif dan preventif di lingkungan pendidikan.

Kata Kunci: Edukasi kesehatan, *Heimlich Manuver*, Pengetahuan, Tersedak, siswa

ABSTRACT

Choking is an emergency condition that may cause airway obstruction, hypoxia, and death if not managed promptly. Limited student knowledge regarding choking management may increase the risk of delayed first aid in school settings. This study aimed to analyze the effect of Heimlich maneuver education on students' knowledge of choking management at SMPIT Salsabila Palembang. A pre-experimental study with a one-group pretest–posttest design was employed. A total of 74 students were selected using purposive sampling. Data were collected using a structured questionnaire on choking management knowledge and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results demonstrated an increase in the median knowledge score from 60 (minimum–maximum: 30–80) before the intervention to 70 (50–100) after the intervention. Statistical analysis revealed a significant difference between pretest and posttest scores ($p < 0.001$). Heimlich maneuver education significantly improved students' knowledge regarding choking management. These findings indicate that school-based first aid education may serve as an effective strategy to enhance students' preparedness in emergency situations. Integrating Heimlich maneuver training into school health programs is recommended as a promotive and preventive effort within educational settings.

Keywords: Health Education, *Heimlich Maneuver*, Knowledge, choking, students

PENDAHULUAN

Tersedak adalah kondisi di mana saluran pernapasan tersumbat karena benda

asing dari luar tubuh, baik sepenuhnya maupun sebagian, yang dapat menyebabkan korban kesulitan bernapas dan kekurangan oksigen. Sumbatan di dasar laring dapat menghalangi pertukaran udara yang tepat di saluran pernapasan. Penyempitan saluran pernapasan yang fatal membuat seseorang rentan terhadap masalah ventilasi dan oksigenasi, yang dapat mengakibatkan kematian. (Sancho-Chust, Molina et al., 2020).

Tanda awal yang ditemukan pada individu yang mengalami tersedak adalah memegang leher, rasa sesak, dan tanda-tanda panik. Gejala-gejala berikut ini menandakan kondisi tersebut: kesulitan bernapas, napas terengah-engah, batuk kering, wajah membiru, serta ketidakmampuan yang melumpuhkan untuk berbicara atau bernapas. (Harigustian, 2020). Tersedak adalah suatu situasi kegawatan pada pernapasan yang mengancam nyawa karena apabila dibiarkan terlalu lama dapat menyebabkan tubuh mengalami kekurangan oksigen (hipoksia) bahkan kematian (Purnomo et al., 2021).

Kejadian tersedak di Amerika Serikat mengalami peningkatan pada tahun 2022, yaitu sebanyak 5.554 kasus dibandingkan dengan tahun 2021 yang berjumlah 5.325 kasus. Kejadian tersedak yang berakibat pada kematian juga terjadi di Inggris pada rentang waktu tahun 2018-2022 sebanyak 1.399 kasus, di mana 1.097 diakibatkan oleh tersedak makanan dan 302 kematian akibat tersedak benda kecil lainnya (*Conformite Europe Safety*, 2024).

Kasus tersedak di Indonesia sudah banyak terjadi. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia 2023 yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada 2024, diketahui bahwa sekitar 30,5% bayi usia di bawah satu tahun mengalami insiden tersedak yang setara dengan lebih dari 4.034 kasus secara nasional. Data ini menunjukkan bahwa tersedak masih merupakan masalah kesehatan umum dan merupakan situasi darurat yang harus segera ditangani untuk menghindari komplikasi lain (Profil Kesehatan Indonesia, 2023).

Pertolongan pertama untuk kasus tersedak sangat penting untuk mencegah kematian. Salah satu metode untuk

memberikan pertolongan pertama adalah manuver Heimlich, yang dilakukan dengan menekan dada dan perut untuk mengeluarkan benda asing atau makanan yang menyumbat saluran pernapasan (Nuraidah dan Novianty, 2022).

Penanganan tersedak melalui *Heimlich maneuver* dilakukan dengan palpitasi bagian dada dan perut. Keterlambatan dalam penanganan dapat berakibat fatal, termasuk kematian. Aktivitas yang dilakukan ini adalah suatu upaya peningkatan dan pencegahan penurunan angka mortalitas akibat kegawatdaruratan tersedak (Dewi 2020).

Pendidikan kesehatan merupakan proses penyampaian informasi, pengetahuan, keterampilan, dan pemahaman terkait kesehatan kepada orang atau kelompok dengan tujuan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan perilaku sehat (Indarwati, 2024). Ada berbagai metode yang digunakan untuk menyampaikan pendidikan kesehatan, termasuk pendekatan individu dan kelompok. Metode pendidikan individual merupakan pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik dan dapat diterapkan melalui bimbingan dan konseling, serta wawancara. Sementara itu, metode pendidikan kelompok dibagi menjadi dua kategori: kelompok besar, seperti kuliah dan seminar, serta kelompok kecil, seperti diskusi kelompok, *brainstorming*, *snowballing*, permainan peran, dan permainan simulasi (Fibriana & Siyoto, 2017).

Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan teknik Heimlich maneuver terhadap pengetahuan siswa dalam penanganan tersedak di SMPIT Salsabila Palembang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan di SMPIT Salsabila Palembang pada tanggal 20 September 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMPIT Salsabilah Palembang, berjumlah 276 orang. Peserta dalam penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*, yang berarti bahwa

subjek dipilih dari populasi berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh peneliti. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 74 orang siswa SMPIT salasabilah Palembang

HASIL

Analisa Data Univariat

Adapun analisis univariat pada data hasil penelitian yang dilakukan terhadap 74 orang terbagi menjadi dua analisis, yaitu analisis data deskriptif pengetahuan pada responden sebelum dan sesudah mendapat pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Heimlich maneuver yang dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Pengetahuan Sebelum Mendapat Pendidikan Kesehatan Heimlich Manuever (n=74)

Pengetahuan Siswa sebelum Mendapat Penkes <i>Hemilich Manuver</i>					
Mean	Median	Std. Dev	Min	Max	95% CI
56,76	60	11,94	30	80	53,989-59,525

Berdasarkan Tabel 1, didapatkan data bahwa dari 74 orang responden, rerata skor pengetahuan yaitu $56,76 \pm 11,94$, dengan nilai skor pengetahuan terendah adalah 30 dan skor pengetahuan tertinggi adalah 80, dan tingkat kepercayaan 95% bahwa rerata skor berada pada rentang 53,989–59,525.

Tabel 2. Pengetahuan Setelah Mendapat Pendidikan Kesehatan Heimlich Manuever (n=74)

Pengetahuan Siswa setelah Mendapat Penkes <i>Hemilich Manuver</i>					
Mean	Median	Std. Dev	Min	Max	95% CI
77,76	70	11,07	50	100	74,462-79,592

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari total 74 orang responden didapatkan rerata skor pengetahuan setelah mendapat pendidikan kesehatan Heimlich maneuver adalah $77,76 \pm 11,07$, dengan skor terendah 50 dan skor tertinggi 100. Dipercaya 95% bahwa rerata skor berada pada rentang 74,462–79,592.

Analisa Data Bivariat

Analisis data bivariat yang digunakan

dalam penelitian ini adalah uji Wilcoxon, karena hasil uji normalitas menunjukkan nilai p sebesar $0,000 < \alpha:0,05$, yang mengindikasikan bahwa data tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 3.

Table 3. Analisa Normalitas Data

Variabel	Statistic	P-value	Kesimpulan
Pengetahuan sebelum	0.283	0.000	Data Terdistribusi Tidak Normal
Pengetahuan Setelah	0.291	0.000	Data Terdistribusi Tidak Normal

Pada penelitian ini, Uji Wilcoxon Signed-Rank digunakan untuk mengukur pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa, sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 4.

Table 4. Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Siswa

Variable	Median	Min-max	p-value
Pengetahuan sebelum	60	30-80	0.000
Pengetahuan Setelah	70	50-100	

Tabel 4 menunjukkan bahwa skor pengetahuan rata-rata sebelum sesi pendidikan kesehatan mengenai manuver Heimlich adalah 60, dengan skor minimum 30 dan skor maksimum 80. Setelah sesi pendidikan kesehatan, skor pengetahuan meningkat menjadi 70, dengan skor minimum 50 dan skor maksimum 100.

Uji Wilcoxon menghasilkan nilai p sebesar 0,000, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan sebelum dan sesudah sesi pendidikan kesehatan. Hal ini berarti bahwa pendidikan kesehatan dapat memengaruhi skor pengetahuan para responden. Skor-skor tersebut berkaitan dengan pertolongan pertama pada kasus tersedak menggunakan manuver Heimlich.

PEMBAHASAN

Rerata skor pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan pertolongan tersedak dengan tehnik Heimlich Manuver

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, rerata skor pengetahuan siswa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang pertolongan tersedak dengan teknik Heimlich maneuver memiliki nilai median sebesar 60, dengan nilai pengetahuan terendah yaitu 30 serta nilai tertingginya mencapai 80, dan rerata skor pengetahuan siswa sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pertolongan tersedak dengan teknik Heimlich maneuver yaitu memiliki nilai median sebesar 70, dengan nilai pengetahuan terendah adalah 50 dan nilai tertingginya adalah 100.

Menurut Taksonomi Bloom, pengetahuan dapat dibagi menjadi beberapa tahap, mulai dari tahu, memahami, hingga mampu menerapkan dan mengevaluasi. Sebelum menerima pendidikan kesehatan, siswa mungkin masih dalam tahap awal, artinya mereka hanya sekadar tahu tanpa memahami prosedur teknis untuk mengatasi tersedak. Pada tahap ini, pengetahuan masih pasif dan belum dapat dijadikan dasar untuk tindakan yang efektif (Ramadini & Nidia, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardianty et al. (2024) mengenai "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Orang Tua dalam Menangani Balita Tersedak Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang". Didapatkan bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan, nilai rata-rata pengetahuan orang tua memiliki mean sebesar 41,00. Sedangkan setelah sesi pendidikan kesehatan, rerata skor pengetahuan orang tua adalah 79,25.

Berdasarkan hasil penelitian, teori terkait, dan penelitian terdahulu, peneliti berasumsi bahwa cara berkomunikasi, baik penyampaian langsung maupun media yang dipakai, baik audio (video, dll.) maupun visual seperti materi PowerPoint (PPT), leaflet, poster, dan lain-lain, dapat memengaruhi skor pengetahuan siswa dalam memahami cara pertolongan korban tersedak dengan teknik *Heimlich Maneuver*.

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap skor pengetahuan siswa dalam penanganan tersedak dengan tehnik *Heimlich Manuver*

Uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisis nilai rata-rata pengetahuan siswa, dan hasilnya menunjukkan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan para siswa setelah mengikuti program pendidikan kesehatan. Kesimpulannya, pendidikan kesehatan memengaruhi pengetahuan siswa dalam menangani tersedak dengan manuver Heimlich. Menurut (Jamaliah & Hartati, 2023), pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya yang disengaja untuk membantu individu memperoleh informasi dan keterampilan yang diperlukan dalam menjaga kesehatan. Selain menyebarluaskan informasi, pendidikan kesehatan juga mendorong perubahan perilaku melalui metode pembelajaran yang sistematis dan terarah. Dalam penelitian ini, teknik *heimlich maneuver* disampaikan melalui presentasi *Power Point* (PPT) dan leaflet, sehingga siswa dapat memahami materi secara teoritis dan mudah mengingat dan memahaminya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endah Tri Wulandari dkk., berjudul 'Pengaruh Pendidikan tentang Manuver Heimlich terhadap Pengetahuan Pertolongan Pertama pada Anak yang Tersedak di Posyandu Temuwuh Lor Sleman, Yogyakarta'. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai p adalah 0,001 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan memiliki dampak terhadap teknik manuver Heimlich dalam menangani tersedak pada anak.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terdahulu, peneliti berasumsi bahwa memberikan pendidikan kesehatan secara langsung dengan menggunakan teknik Heimlich maneuver merupakan media yang mudah dipahami oleh responden. Setelah melakukan edukasi mengenai teknik *Heimlich maneuver* dengan presentasi dan media leaflet,

pengetahuan seseorang dapat berubah. Dengan demikian, para responden mengerti dan memahami penanganan tersedak dengan menggunakan teknik Heimlich maneuver.

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental tanpa kelompok kontrol sehingga peningkatan pengetahuan yang terjadi tidak dapat dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan intervensi. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah dengan jumlah responden terbatas, sehingga generalisasi hasil penelitian perlu dilakukan secara hati-hati.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai teknik Heimlich maneuver mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang penanganan tersedak di SMPIT Salsabila Palembang. Setelah diberikan edukasi melalui media presentasi dan leaflet, siswa menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai tanda-tanda tersedak serta langkah-langkah pertolongan pertama yang tepat.

Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan kesiapsiagaan siswa dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pelatihan Heimlich maneuver perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai upaya promotif dan preventif guna meningkatkan kemampuan pertolongan pertama pada kasus tersedak.

DAFTAR PUSTAKA

Alajjuri, M. A., et al. (2023). *Prevalence of Choking and Awareness about Its Proper Management among the Residents of the United Arab Emirates: Cross-sectional Study. Universal Journal of Public Health, 11(4)*, 377–385. <https://doi.org/10.13189/ujph.2023.110401>

Ardianty, S., Sutrisno, Khairani, N., & Indriani (2024). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Orang Tua Dalam Menangani Balita Tersedak Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagaswidak Palembang.*

Bentivegna, K. C., Borrup, K. T., Clough, M. E., & Schoem, S. R. (2018). *Basic choking education to improve parental knowledge. International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology, 113*, 234–239. <https://doi.org/10.1016/j.ijporl.2018.08.008>

Fibriana, L. P., & Siyoto, S. (2017). *Promosi Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan.* Andi Publisher.

Jamaliah, N., & Hartati, T. (2023). *Pendidikan Kesehatan.* Penerbit NEM.

Aidah, N., & Novianty, T. (2022). Pengaruh Edukasi Penanganan Tersedak Pada Anak Usia Di Bawah Lima Tahun (Balita) Terhadap Pengetahuan Orang Tua. *Jurnal Ilmiah Wijaya, 14(2)*. Retrieved from <https://jurnalwijaya.com/index.php/jurnal/article/view/174>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia.* <https://pusdatin.kemkes.go.id/folder/view/130>

Kismiasih Adethia, Lisa Putri Utami, Diah Pitaloka, & Tia Erviani. (2025). Pemberdayaan Ibu Balita dalam Pertolongan Pertama Tersedak di Desa Bangun Rejo, Tanjung Morawa, Deli Serdang, 2025. *Natural: Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergerak Bersama Masyarakat.*, 3(3), 127–132. <https://doi.org/10.61132/natural.v3i3.1694>

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>

Ramadani, I., & Nidia, W. H. (2024). *Buku Ajar Promosi Kesehatan dalam Keperawatan*. Penerbit NEM.

Saelan, S., Suparmanto, G., Teguh Kurniawan, S., & Lestari, M. (2023). Pengaruh Edukasi Teknik Heimlich Maneuver Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Penanganan Tersedak Pada Anak Di Desa Ketro, Pacitan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 14(1), 51–57. <https://doi.org/10.34035/jk.v14i1.953>

Santoso, E. B. (2024). *Buku Ajar Promosi Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan*. CV. Basya Media Utama.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.

Sancho-Chust, J. N., Molina, V., Vañes, S., Pulido, A. M., Maestre, L., Chiner, E., & Cases, E. (2020). Utility of flexible bronchoscopy for airway foreign body removal in adults. *Journal of Clinical Medicine*, 9(5), 1409. <https://doi.org/10.3390/jcm9051409>

Wulandari, E.T. (2025). Pengaruh Edukasi Teknik Heimlich Manuver terhadap Pengetahuan Pertolongan Pertama Tersedak pada Anak di Posyandu. *Jurnal Mitrasedat*, 15(3), 987-992. <https://doi.org/10.51171/jms.v15i3.600>