

Penyusun :

Ns. Ratna Aryani, M.Kep

Amelia Arnis, MN

Topik :



Bantuan Hidup Dasar (BHD)



Balutan & Pembidaian



Manajemen tersedak

MATERI 1 :

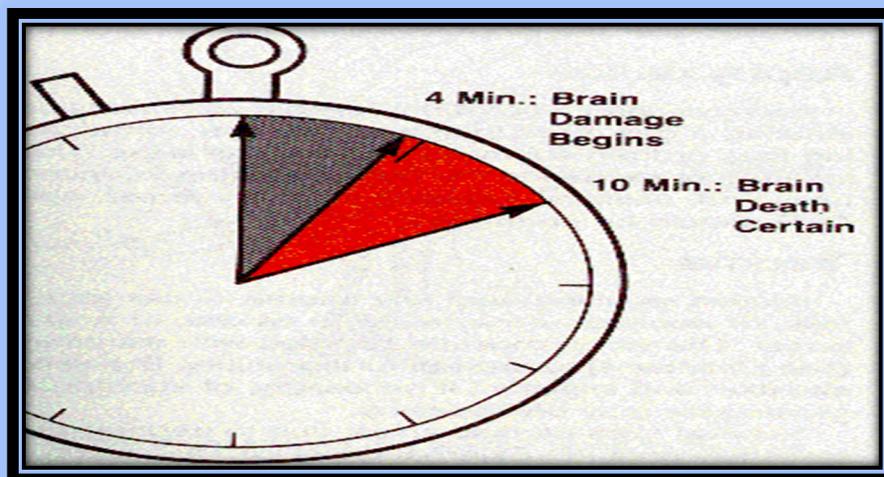
BANTUAN HIDUP DASAR

Apakah yang dimaksud dengan Bantuan Hidup Dasar (BHD) ?

Bantuan hidup dasar (BHD) adalah upaya pertolongan pertama yang dilakukan pada korban henti jantung atau henti napas untuk mempertahankan kehidupannya. Tindakan ini dapat dilakukan tanpa menggunakan peralatan ataupun alat bantu apapun.

Apakah tujuan BHD ?

Selama jantung berhenti maka tidak akan ada darah yang dipompa ke otak, padahal otak merupakan organ penting dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu, semakin dini dilakukan BHD, maka kemungkinan untuk terjadinya kerusakan sel otak akan semakin kecil. Perlu diketahui bahwa sel otak akan mati bila kekurangan oksigen lebih dari 4 menit.



Jika korban henti jantung tidak segera diberikan BHD, kemungkinan korban selamat berkurang akan berkurang. Dengan dilakukan BHD maka diharapkan dapat memberikan waktu yang cukup kepada korban untuk sampai dibawa ke RS ataupun sampai bantuan tenaga kesehatan datang. Tabel di bawah ini memperlihatkan peluang keberhasilan BHD.

Keterlambatan BHD	Peluang Keberhasilan (Hidup)
1 menit	98 dari 100 korban
3 menit	50 dari 100 korban
10 menit	1 dari 100 korban

Mungkinkah melakukan BHD sebagai orang awam ?

BHD dapat dilakukan oleh orang awam sekalipun karena tidak setiap waktu terdapat akses yang cepat untuk mendapat bantuan medis. Oleh karenanya sangatlah penting agar orang di sekitar korban dapat melakukan BHD dengan segera. Gambar di bawah ini memperlihatkan Chain of survival.



Bagaimana cara melakukan BHD ?

1. Pastikan korban, orang disekitar, dan Anda aman. Jika tempat belum aman, maka pindahkan ke tempat aman terlebih dahulu.
 - Pastikan tidak ada cedera/patah leher sebelum dipindahkan. Lihat jejas di kepala dan badan
 - Lakukan teknik pemindahan yang tepat
 - BHD dilakukan pada permukaan yang keras dan rata
2. Periksa korban dengan cara guncangkan bahunya dan teriak memanggil, “Apa Bapak/Ibu sadar ?”
3. Bila Korban sadar :
 - Biarkan korban dalam posisi yang aman dan tidak dalam ancaman bahaya
 - Mencoba mencari tahu apa yang terjadi dan minta bantuan bila diperlukan
 - Periksa kembali korban secara teratur

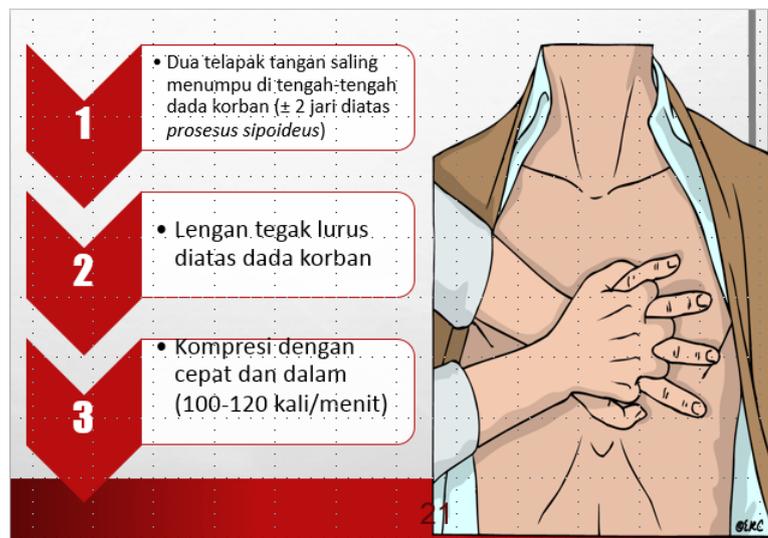
Bila korban tidak sadar, tidak bernapas, atau bernapas tidak normal (terengah-engah):

- Teriak minta bantuan
- Telepon ambulance (119 untuk Jakarta) atau bantuan medis terdekat. Saat menelepon, Anda harus siap untuk memberikan informasi seperti : lokasi kejadian, apa yang

terjadi, jumlah korban dan kondisinya, dan pertolongan apa yang sudah diberikan.

4. Melakukan kompresi/penekanan dada korban. Beberapa keterangan dan syarat kompresi dada (gambar 3) :

- Bila dilakukan dengan benar, kompresi dada akan membantu memberi aliran darah.
- Pada dinding dada, pastikan dada kembali mengembang sebelum kompresi berikutnya dan lakukan terus menerus tanpa interupsi.
- Anda dapat bergantian dengan penolong lain dalam melakukan kompresi dada. Pergantian dilakukan dengan cepat sehingga kompresi dada dapat terus dilakukan.



Kapan BHD dihentikan ?

- 1 Bantuan dari yang lebih ahli datang atau mengambil alih,
- 2 Sang korban mulai menunjukkan tanda-tanda kembali sadar, seperti: batuk, membuka mata, berbicara, bergerak, dan bernapas normal
- 3 Anda kelelahan.

MATERI 2 :

BALUTAN DAN PEMBIDAIAN

Apakah yang dimaksud dengan balutan dan pembidaian ?

Balutan adalah upaya untuk mengendalikan perdarahan, mencegah kontaminasi dan mengurangi nyeri pada luka. Adapun pembidaian adalah upaya untuk menstabilkan dan mengistirahatkan (mengimobilisasi) bagian yang cedera.

Apakah yang harus diperhatikan sebelum menutup luka ?

1. Upayakan permukaan luka bersih sebelum ditutup kecuali terjadi perdarahan.
2. Balutan luka harus meliputi seluruh permukaan luka, namun harus lebih luas dari luka itu sendiri. Balutan dipasang setelah perdarahan terhenti.
3. Ikatan jangan terlalu kendur atau kencang dengan ujung pembalut jangan terurai
4. Jangan menutup ujung jari kecuali ada luka untuk melihat adanya sianosis.
5. Khusus anggota gerak, arah balutan dilakukan dari bawah ke atas (ke arah jantung)

Bagaimanakah cara membalut ?

1. Membalut area kepala

a. Triangular untuk kepala

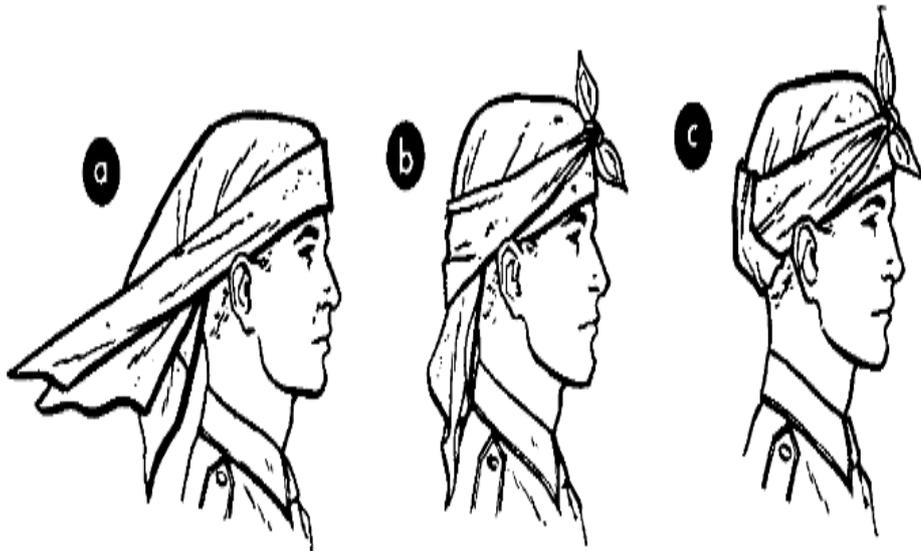
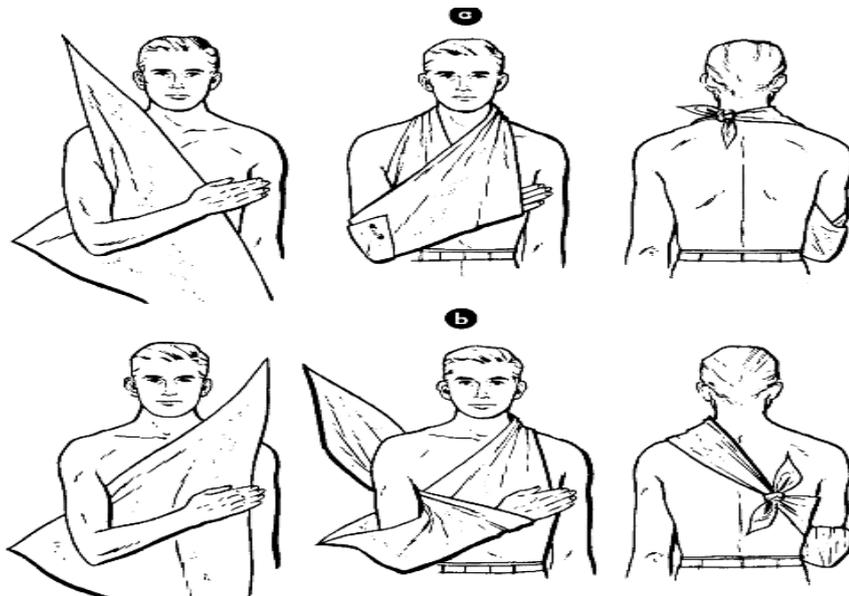


Figure 2. Triangle of forehead or scalp.

b. Triangular untuk lengan



c. Triangular untuk dada

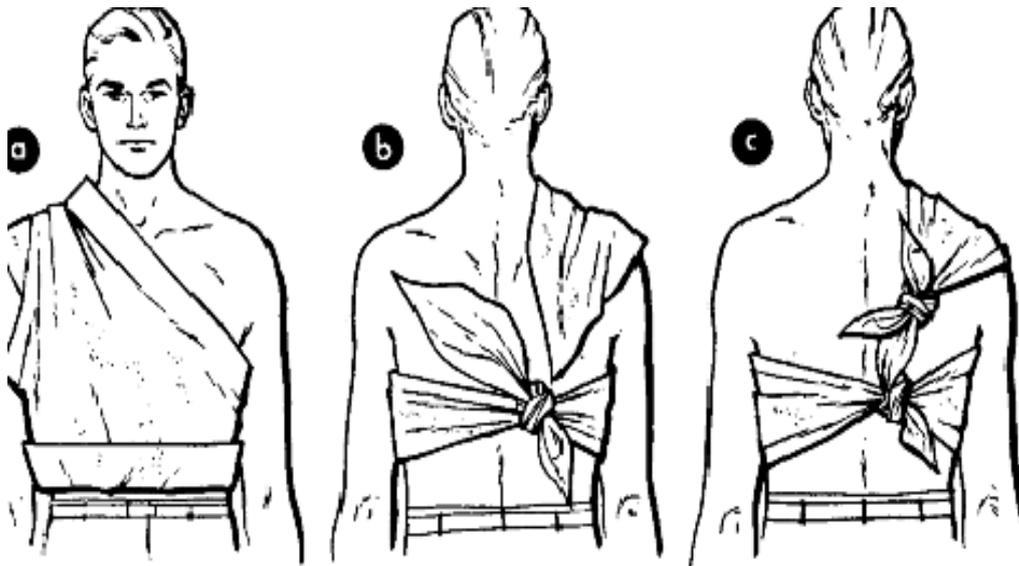


Figure 5. Triangle of chest or back.

d. Triangular untuk bahu

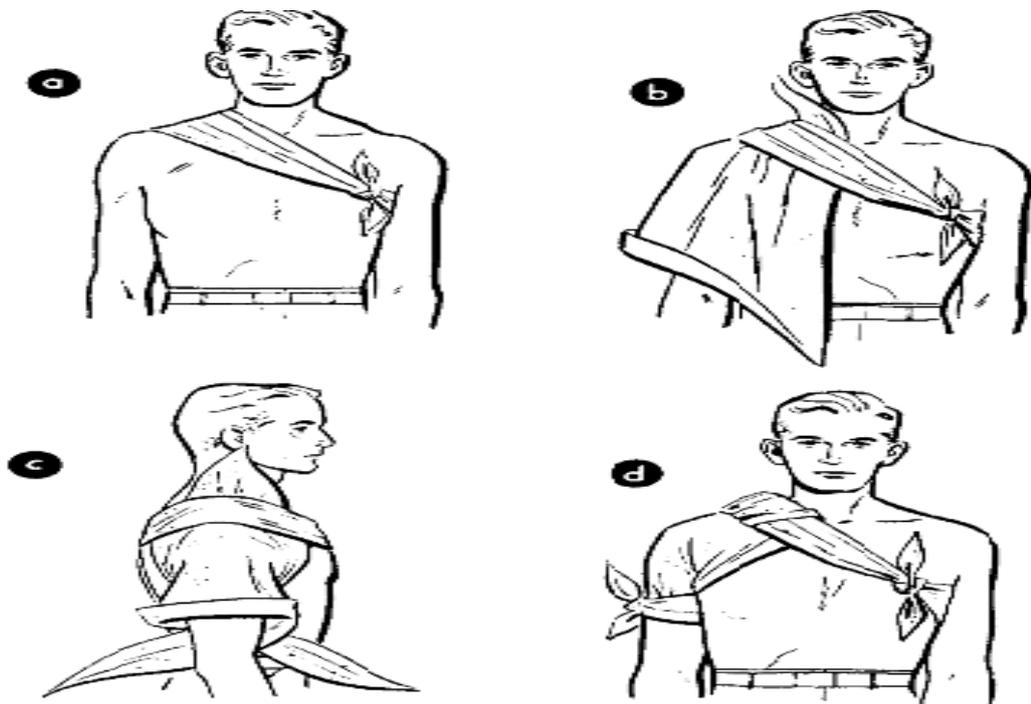


Figure 6. Triangle of shoulder.

e. Triangular untuk pinggul

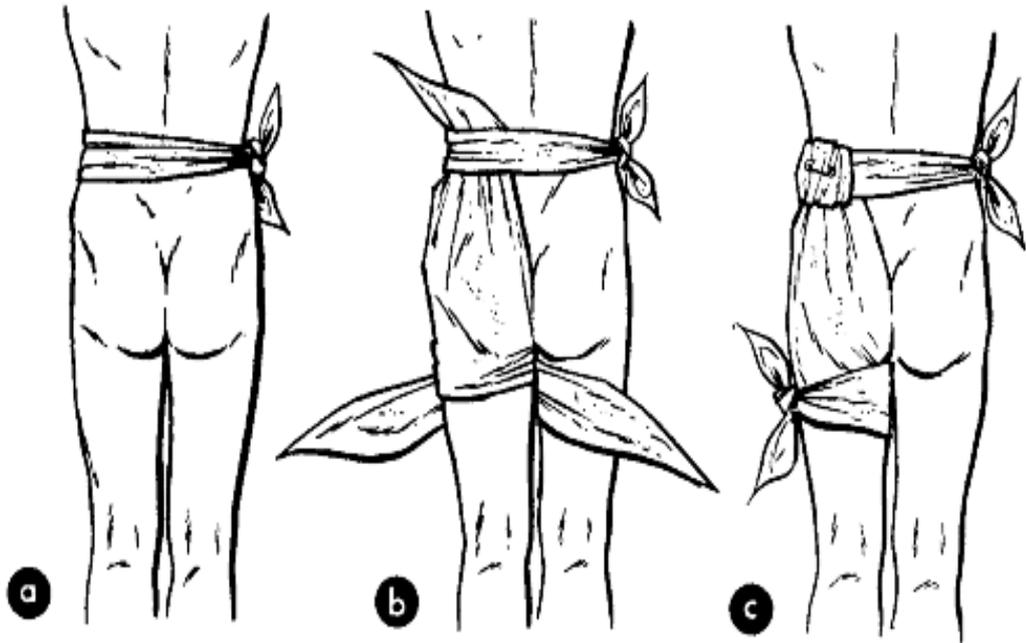


Figure 7. Triangle of hip.

f. Triangular untuk kaki

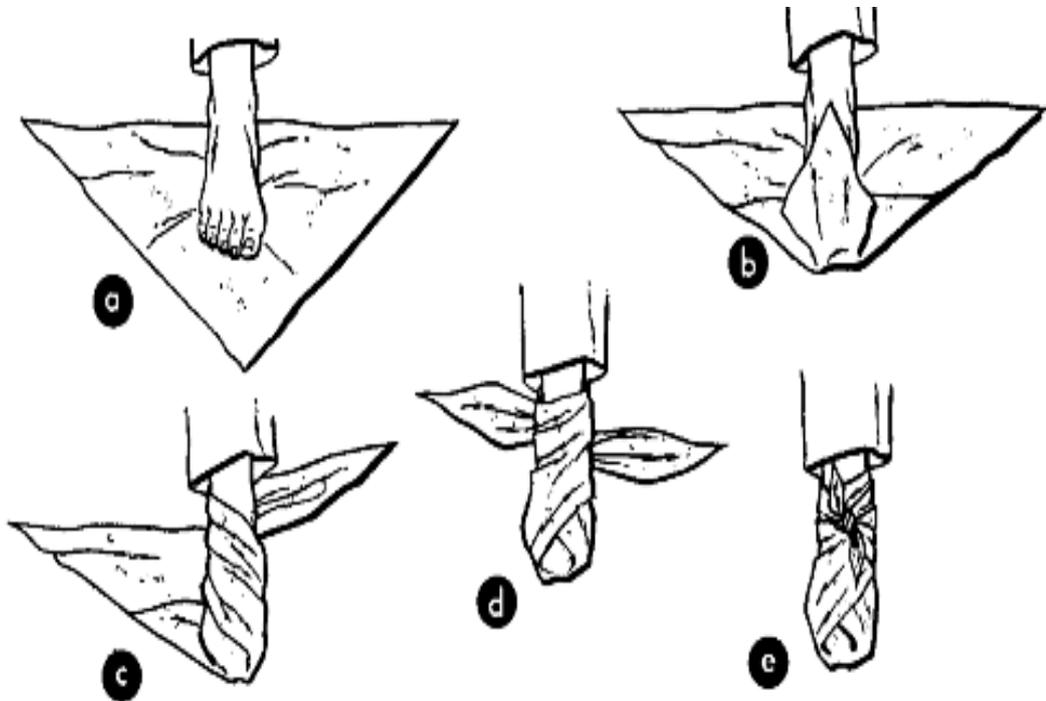


Figure 8. Triangle of foot.

g. Triangular untuk tangan

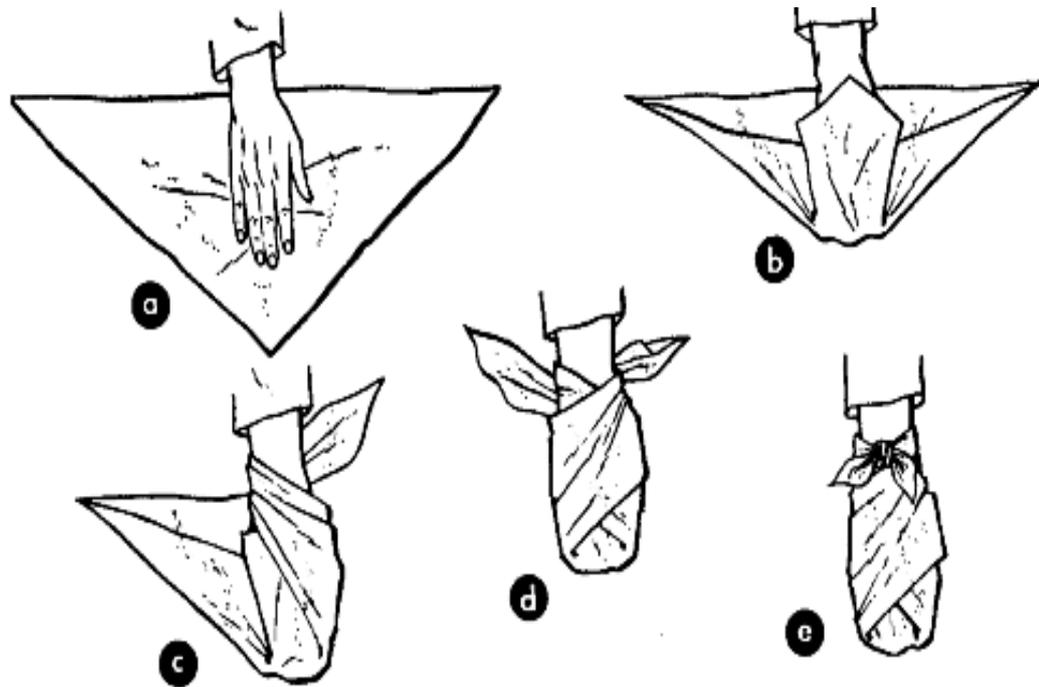


Figure 9. Triangle of hand.

h. Triangular untuk telinga

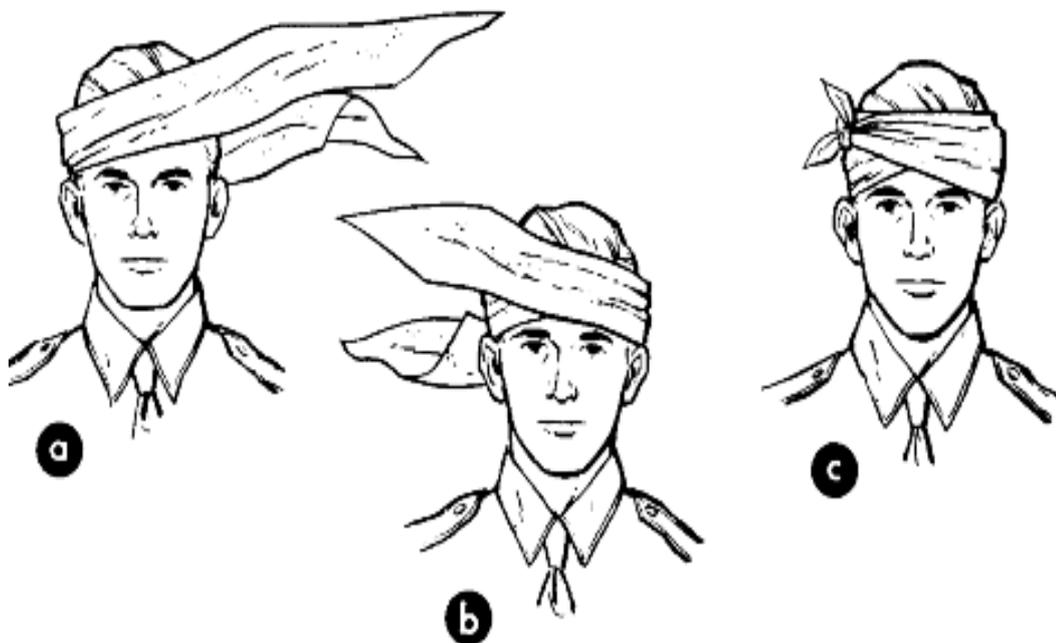


Figure 10. Cravat of head or ear.

i. Rahang

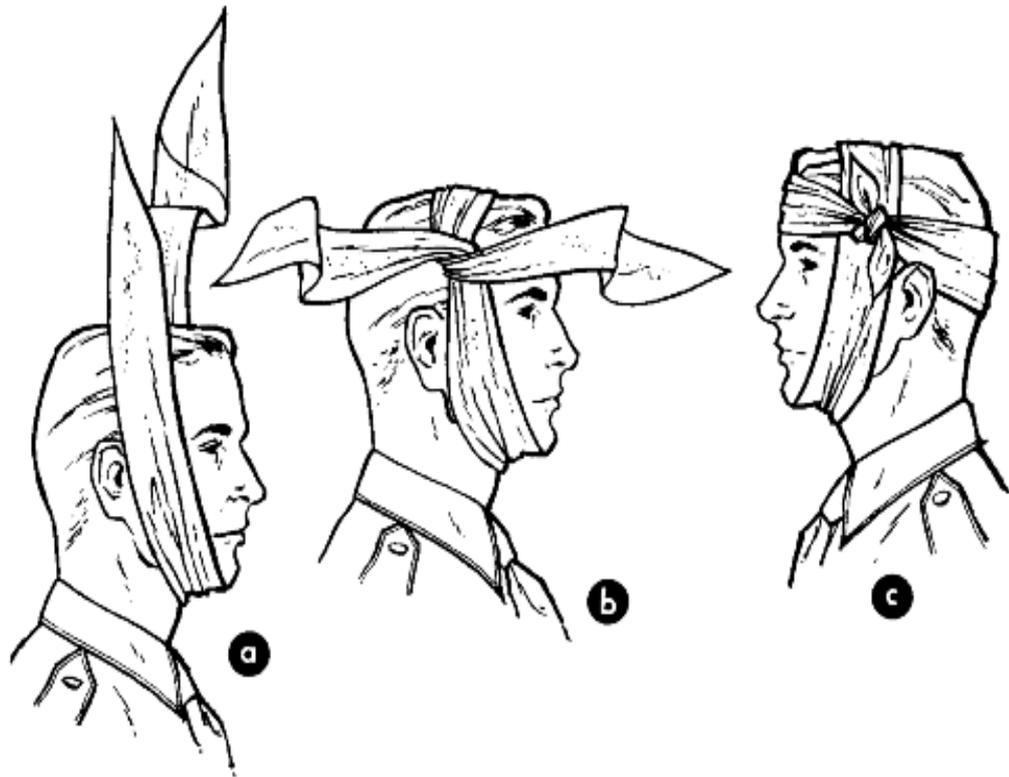


Figure 11. Cravat of jaw.

j. Mata

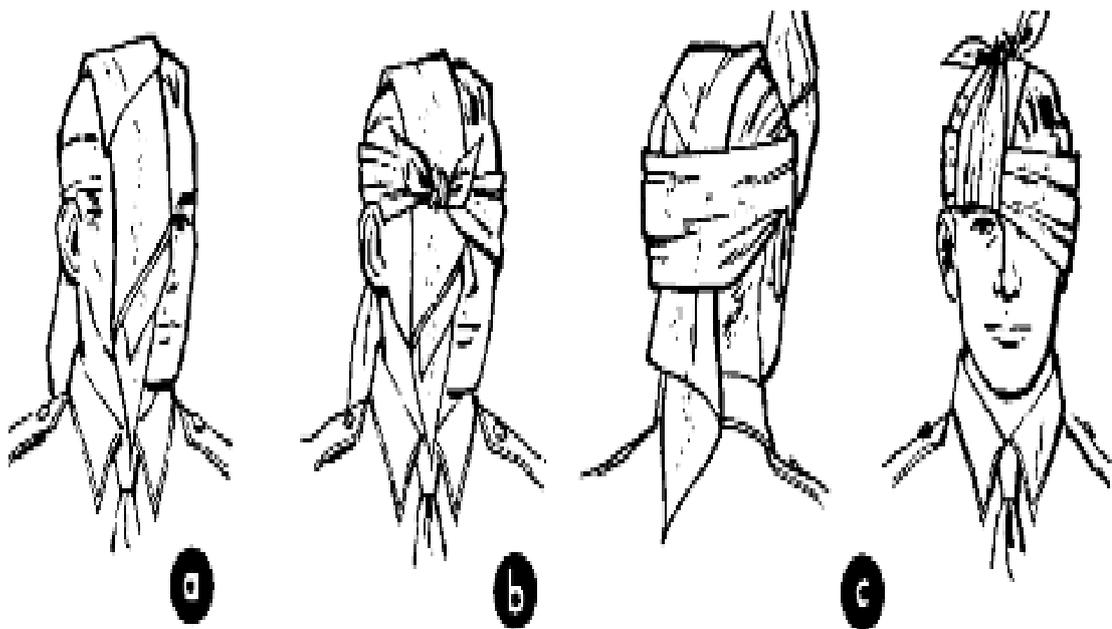
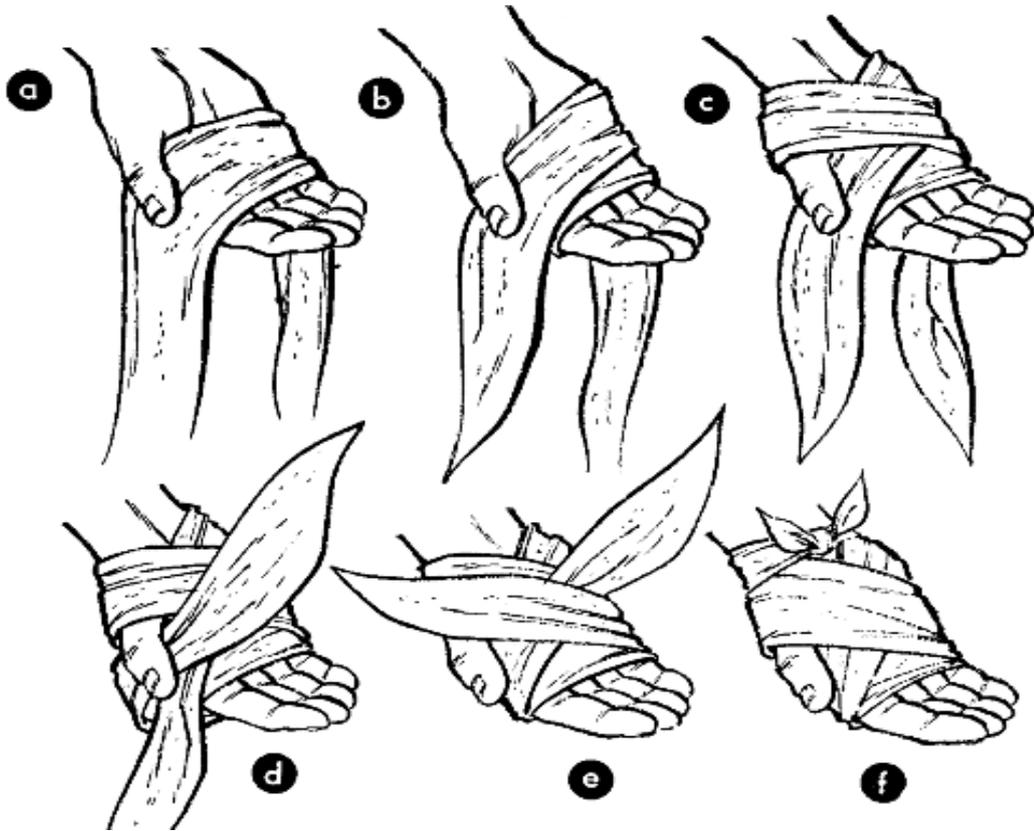
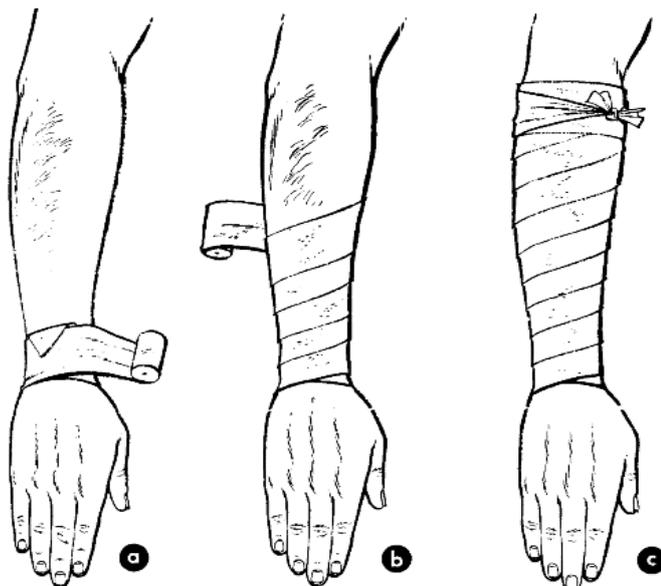


Figure 12. Cravat bandage of eye.

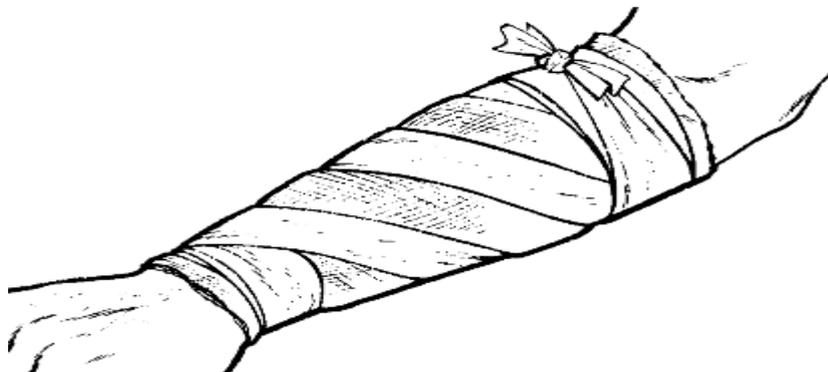
k. Balutan dengan elastic perban di area telapak tangan



l. Balutan dengan elastic perban di area lengan dengan metode spiral



m. Balutan dengan elastic perban di area lengan dengan metode obliq



MATERI 3 :

MANAJEMEN TERSEDAK

Apakah yang dimaksud dengan tersedak ?

Tersedak (*choking*) merupakan suatu keadaan masuknya benda asing (misalnya makanan, mainan, logam, kelereng, manik-manik, dan lain-lain) ke dalam jalan napas atas sehingga menimbulkan kegawatan pada sistem pernapasan. Jika hal ini tidak ditangani segera maka korban akan meninggal.



Siapakah orang yang mudah atau beresiko tersedak ?

- 1 Orang belum bisa mengontrol reflek menelan (ex. Balita).
- 2 Orang yang sudah hilang kontrol menelannya (ex. manula, pasien dengan gangguan menelan).
- 3 Memberi makan / minum pada saat sesak nafas, kejang atau tidak sadar.
- 4 Makan sambil bicara atau bercanda.
- 5 Memberi makanan yang sulit dikunyah pada balita atau manula.

Apakah tanda-tanda tersedak ?

Batuk, sesak nafas, suara serak, sulit berbicara, memegang leher, wajah kemerahan, lemas, bahkan tidak sadar.

Bagaimana cara menolong orang lain dengan kasus tersedak ?

Terdapat beberapa manuver yang terbukti efektif untuk menangani tersedak, antara lain :

1. *Back blow* (tepukan di punggung)
2. *Abdominal thrust* (hentakan pada perut) disebut juga dengan ***Heimlich Manuver***
3. *Chest thrust* (hentakan pada dada)

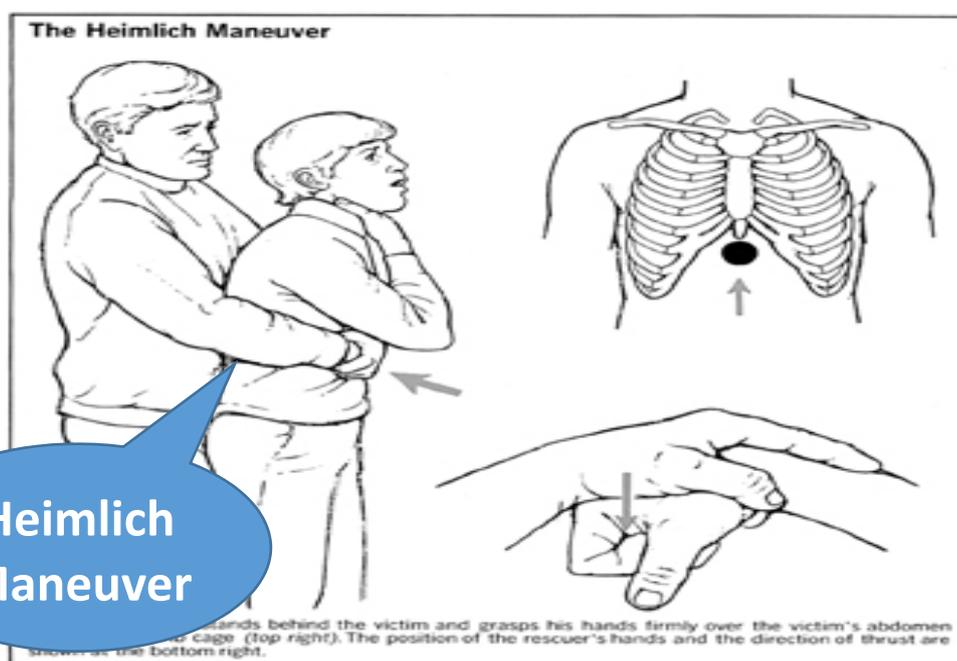
Bagaimanakah cara melakukan ***Back Blow*** ?

1. Posisi korban cenderung condong ke arah depan.
2. Berikan 5 kali pukulan pada area punggung di antara scapula dan anjurkan korban untuk batuk.



Bagaimana cara melakukan Heimlich Manuver (pada korban sadar) ?

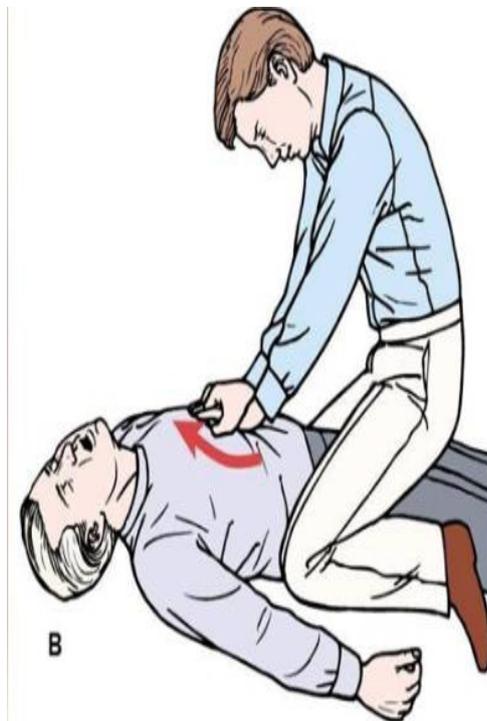
1. Miringkan korban sedikit ke depan dan berdiri di belakang korban dan letakkan salah satu kaki di sela kedua kaki korban.
2. Buat kepalan pada satu tangan dengan tangan lain menggenggam kepalan tangan tersebut. Lingkarkan tubuh korban dengan kedua lengan kita.
3. Letakkan kepalan tangan pada garis tengah tubuh korban tepat di bawah tulang dada atau di ulu hati.
4. Buat gerakan ke dalam dan ke atas secara cepat dan kuat untuk membantu korban membatukkan benda yang menyumbat saluran napasnya.
5. Manuver ini terus diulang hingga korban dapat kembali bernapas atau hingga korban kehilangan kesadaran.



Heimlich
Maneuver

Bagaimana cara melakukan Abdominal Thrust (pada korban tidak sadar) ?

- 1 Anda mengambil posisi berlutut/mengangkangi paha klien.
- 2 Tempatkan lengan kiri anda diatas lengan kanan anda yg menempel di abdomen tepatnya di bawah prosesus xiploideus dan diatas pusat/umbilikus.
- 3 Dorong secara cepat (*thrust quickly*), dengan dorongan pada abdomen ke arah dalam-atas.
- 4 Jika diperlukan, ulangi *abdominal thrust* beberapa kali utk menghilangkan obstruksi jalan napas.
- 5 Kaji jalan napas secara sering utk memastikan keberhasilan tindakan ini.

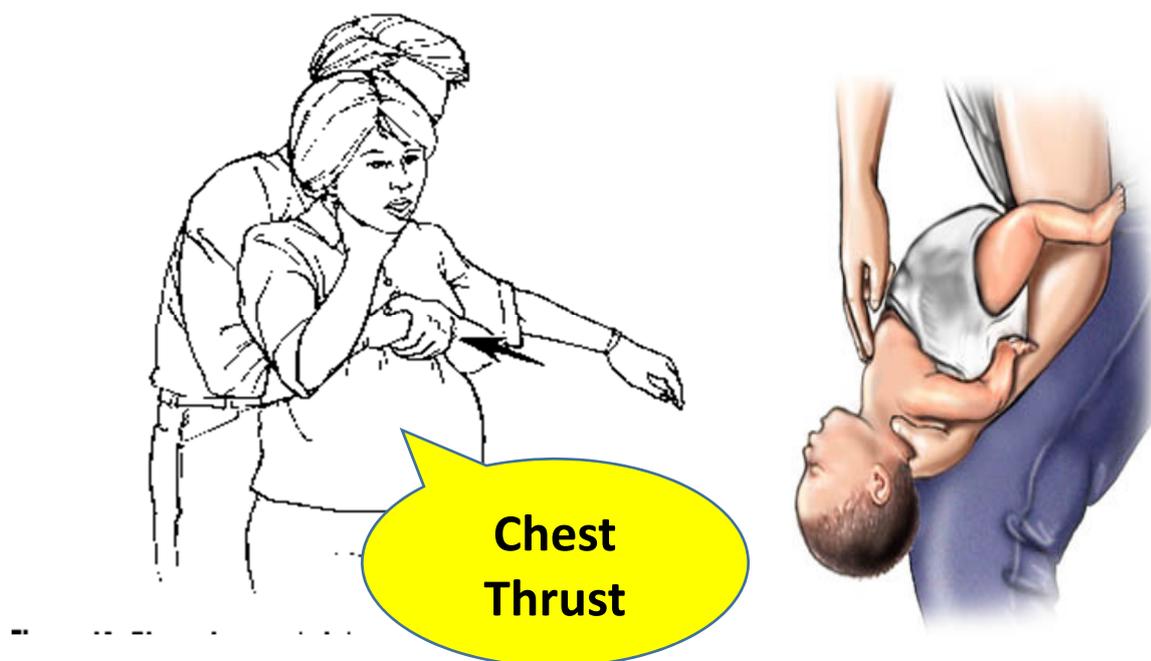


Gambar : Cara melakukan Abdominal Thrust (korban tidak sadar)

Apabila korban tersedak sedang hamil atau mengalami kegemukan, Heimlich Manuver mungkin tidak efektif. Pada keadaan-keadaan tersebut, dapat dilakukan *manuver Chest Thrust*.

Bagaimana cara melakukan Chest Thrust (pada korban hamil atau obesitas) ?

1. Letakkan tangan di bawah ketiak korban
2. Lingkari dada korban dengan lengan kita
3. Letakkan bagian ibu jari pada kepalan di tengah-tengah tulang dada korban (sama seperti tempat melakukan penekanan dada pada RJP)
4. Genggam kepalan tangan tersebut dengan tangan satunya dan hentakan ke dalam dan ke atas.



Gambar : Cara melakukan Chest Thrust

DAFTAR PUSTAKA

AHA (2015). Highlights of the 2015 American Heart Association Guidelines Update for CPR and ECC.

Department of the army (n.d). Bandaging & Splinting. USA : Department of the army

Fermie, P & Keech, P. (2012). The Illustrated Practical Book of Family Health & First Aid: From treating cuts, sprains and bandaging in an emergency to making decisions on long-term health and fitness of your family. UK : Southwater