

OPTIMALISASI PENGETAHUAN SISWA TENTANG PERTOLONGAN PERTAMA DISLOKASI MELALUI PELATIHAN DENGAN MEDIA QR CODE DAN METODE DEMONSTRASI

OPTIMIZING STUDENTS' KNOWLEDGE ABOUT FIRST AID FOR DISLOCATION THROUGH TRAINING WITH QR CODE AND DEMONSTRATION METHODS

Diana Rachmania^{1*}, Dhina Widayati², Dwi Setyorini³

STIKes Karya Husada Kediri

*Korespondensi Penulis : widiana1925@gmail.com

Abstrak

Aktivitas olahraga pada siswa remaja memiliki risiko tinggi terhadap terjadinya cedera muskuloskeletal, salah satunya dislokasi, yang apabila tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan komplikasi serius. Pengetahuan siswa mengenai pertolongan pertama dislokasi menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan dampak cedera yang lebih berat, sehingga diperlukan metode pelatihan yang inovatif, interaktif, dan aplikatif diantaranya adalah pemanfaatan media digital berbasis QR code yang dikombinasi dengan metode demonstrasi. Tujuan kegiatan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan pertolongan pertama dislokasi melalui pelatihan dengan media digital berbasis QR Code dan metode demonstrasi pada siswa di SMAN 1 Plemahan. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan pendekatan pemberdayaan melalui edukasi dan pelatihan yang melibatkan 36 siswa. Edukasi tentang dislokasi melalui media digital berbasis QR Code dan pelatihan cara memberikan pertolongan pertama dilakukan melalui demonstrasi. Hasil kegiatan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan siswa dengan kategori baik dari 8,3% menjadi 63,9%. Media digital berbasis QR Code lebih menarik perhatian siswa sesuai tahap perkembangan remaja dan dapat memfasilitasi pembelajaran mandiri dan pengulangan materi secara fleksibel yang bisa diakses siswa dengan mudah, sedangkan metode demonstrasi memungkinkan siswa memahami prosedur pertolongan pertama secara konkret melalui pengamatan langsung. Diharapkan agar metode ini dapat diimplementasikan secara berkelanjutan dalam kegiatan pembelajaran maupun ekstrakurikuler seperti PMR guna meningkatkan literasi kesehatan siswa secara lebih luas.

Kata kunci : media digital, metode demonstrasi, pengetahuan, pertolongan dislokasi, QR code

Abstract

Sports activities in adolescent students carry a high risk of musculoskeletal injuries, one of which is dislocation, which if not handled properly can lead to serious complications. Student knowledge of first aid for dislocation is a crucial aspect in preventing more severe injuries, so innovative, interactive, and applicable training methods are needed, including the use of QR code-based digital media combined with demonstration methods. The purpose of this community service activity is to improve knowledge of first aid for dislocation through training with QR Code-based digital media and demonstration methods for students at SMAN 1 Plemahan. The community service activity was carried out using an empowerment approach through education and training involving 36 students. Education about dislocation through QR Code-based digital media and training on how to provide first aid was carried out through demonstrations. The results of the activity showed an increase in student knowledge with a good category from 8.3% to 63.9%. QR Code-based digital media is more attractive to students according to the developmental stage of adolescents and can facilitate independent learning and flexible repetition of material that can be easily accessed by students, while the demonstration method allows students to understand first aid procedures concretely through direct observation. It is hoped that this method can be implemented sustainably in learning and extracurricular activities such as PMR to improve students' health literacy more broadly.

Keywords : digital media, demonstration methods, knowledge, dislocation assistance, QR cod

Pendahuluan

Minat kalangan remaja terhadap aktivitas olahraga mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Berbagai jenis olahraga seperti pencak silat, futsal, dan bola basket banyak diminati siswa. Tingginya aktivitas fisik tersebut juga meningkatkan risiko terjadinya cedera, termasuk dislokasi (Muthmainnah and Kep, 2024). Cedera dislokasi sering terjadi terutama pada siswa yang sering melakukan aktivitas olahraga mengingat aktivitas fisik mereka yang tinggi dan rentan terhadap benturan. Jika tidak segera dan tepat ditangani, dislokasi dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti fraktur atau kelainan kronis yang mengganggu fungsi tangan dalam jangka panjang (Rahman, Alaydrus and Hamzah, 2025).

Di wilayah Asia Tenggara, termasuk Indonesia, data dari Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan menunjukkan insidensi cedera sendi (termasuk dislokasi) sekitar 1,5–2% pada populasi dewasa, dengan dislokasi bahu mendominasi 40% kasus trauma olahraga, dan prevalensi keseluruhan 0,8–1,2% menurut ASEAN Injury Surveillance (2022), yang lebih tinggi di daerah pedesaan akibat kecelakaan lalu lintas (kontribusi 30–50%) (Ramadhan *et al.*, 2026). Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 9 oktober 2025 dengan 10 orang siswa mengatakan bahwa 90% siswa tidak tahu cara melakukan pertolongan pertama pada dislokasi, dan 100% siswa belum pernah mendapatkan informasi tentang pertolongan pertama penanganan dislokasi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, ditemukan bahwa siswa di SMAN 1 Plemahan belum memahami dengan benar prosedur pertolongan pertama pada kasus dislokasi. Permasalahan kurangnya pengetahuan siswa disebabkan oleh metode pembelajaran yang masih bersifat konvensional dan kurang interaktif sehingga siswa hanya menerima materi secara teori tanpa praktik yang memadai, minimnya penggunaan media pembelajaran yang menarik dan mudah diakses yang membuat siswa kesulitan memahami langkah-langkah pertolongan pertama secara menyeluruh, serta keterbatasan waktu pembelajaran dan fasilitas praktik yang menjadi hambatan dalam memberikan pengalaman belajar efektif. Selain itu, kurangnya kesadaran dan perhatian terhadap

pentingnya keterampilan pertolongan pertama juga menyebabkan rendahnya motivasi siswa untuk mendalami materi tersebut. Dampaknya akibat ketidaktahuan siswa dalam memberikan pertolongan pertama berpotensi menyebabkan penanganan yang salah dan terlambat saat terjadi dislokasi yang dapat memperburuk kondisi seperti risiko cedera jaringan lunak, pembengkakan parah, bahkan komplikasi.

Diperlukan inovasi dalam metode pembelajaran yang mampu mengatasi masalah tersebut sehingga pembelajaran lebih menarik, interaktif, dan aplikatif. Dalam konteks ini, media digital berbasis QR Code dan metode demonstrasi muncul sebagai solusi yang potensial. Penggunaan media digital berbasis QR Code dalam pemberian edukasi memberikan kemudahan akses informasi yang interaktif dan dapat diakses kapan saja serta di mana saja melalui perangkat *digital* (Nurmalitasari *et al.*, 2025). Sementara itu, metode demonstrasi memungkinkan siswa untuk menyaksikan secara langsung proses langkah-langkah pertolongan pertama dislokasi, sehingga meningkatkan pemahaman praktis mereka (Hariyadi and Setyawati, 2022). Kombinasi kedua metode ini memungkinkan siswa untuk belajar secara visual dan pengalaman langsung, sehingga dapat meningkatkan daya serap materi serta motivasi belajar. Berbagai studi terdahulu mendukung efektivitas penggunaan metode demonstrasi dan media audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam berbagai bidang pembelajaran, termasuk kesehatan dan keselamatan.

Berdasarkan uraian tersebut, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pertolongan pertama dislokasi melalui pelatihan dengan media audio visual berbasis QR Code dan metode demonstrasi pada siswa kelas X di SMAN 1 Plemahan Kediri. Diharapkan, hasil ini tidak hanya memberikan kontribusi signifikan dalam bidang pendidikan kesehatan di sekolah, tetapi juga dapat menjadi referensi bagi guru dan praktisi pendidikan untuk mengimplementasikan metode pembelajaran yang lebih efektif dan inovatif. Dengan demikian, siswa akan lebih siap dan percaya diri dalam memberikan pertolongan pertama secara tepat dan cepat, yang pada akhirnya

akan meningkatkan keselamatan dan kualitas hidup mereka serta lingkungan sekitar.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan pendekatan pemberdayaan kader siswa PMR. Pemberian edukasi disampaikan dengan media digital berbasis QR code dan pelatihan diberikan dengan metode demonstrasi. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 30 Maret – 2 April 2026 di SMAN 1 Plemahan Kediri. Kegiatan ini terbagi menjadi 2 sesi. Sesi pertama berupa pemilihan 2 kader PMR sebagai bagian dari pemberdayaan siswa. Tim pengabdian memberikan informasi dan melakukan pendampingan kepada kader terpilih tentang cara pertolongan pertama pada dislokasi dengan media digital berbasis QR Code dan metode demonstrasi. Setelah kader terpilih mampu memahami dan mempraktekkan pertolongan pertama pada dislokasi, kegiatan berlanjut pada sesi 2. Sesi 2 berupa penyampaian edukasi tentang pertolongan pertama dislokasi yang disampaikan oleh kader terpilih kepada seluruh responden sebanyak 36 responden yaitu siswa kelas X. Instrumen yang digunakan untuk menilai pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan berupa kuesioner dengan parameter berupa tahapan pertolongan pada dislokasi yang terdiri dari imobilisasi, kompres dingin, serta segera merujuk pasien ke fasilitas kesehatan untuk penanganan lebih lanjut oleh tenaga medis.

Hasil

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat kepada siswa kelas X di SMAN 1 Plemahan dilaksanakan pada tanggal 30 Maret – 2 April 2026 dalam 2 sesi. Sesi pertama dilaksanakan pada tanggal 30 dan 31 Maret 2026 untuk memberikan materi terlebih dahulu kepada kader PMR yang terpilih. Selanjutnya sesi 2 dilaksanakan pada tanggal 2 April 2026, berupa pemberian materi dari kader PMR terpilih kepada seluruh responden. Karakteristik responden dari edukasi kesehatan sesuai dengan tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelas X Di SMAN 1 Plemahan

Karakteristik responden	Nilai	
	F	%
1. Usia		
15 Tahun	22	61.1
16 Tahun	14	38,9
17 Tahun	0	0
2. Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	33.3
Perempuan	24	66.7
3. Organisasi		
Tidak mengikuti	29	80.6
Osis	0	0
PMR	6	16,7
Pramuka	1	2,8
4. Menerima Informasi tentang Penanganan Dislokasi		
Belum Pernah	33	91.7
Pernah	3	8.3
5. Melakukan pertolongan pertama Dislokasi		
Tidak Pernah	36	100
Pernah	0	0
TOTAL	36	100

Dari distribusi frekuensi karakteristik responden tersebut diketahui bahwa sebagian besar (61,1%) responden dengan usia 15 tahun, sebagian besar (66,7%) responden berjenis kelamin perempuan, sebagian besar (80,6%) responden tidak mengikuti organisasi, hampir seluruh (91,7%) belum pernah menerima informasi tentang pertolongan pertama pada dislokasi dan seluruh (100%) responden tidak pernah melakukan pertolongan pertama dislokasi.

Sebelum melakukan edukasi kesehatan pada sesi 2, tim pengabdian memberikan kuesioner kepada responden untuk menilai pengetahuan responden sebelumnya. Hasil pengetahuan responden sebelum edukasi kesehatan sesuai pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Identifikasi pengetahuan responden sebelum pemberian edukasi kesehatan dengan metode demonstrasi dan media digital QR Code

Kriteria Penilaian	Pre -test	
	F	%
Baik	3	8,3
Cukup	26	72,2
Kurang	7	19,4
Total	36	100
Mean : 1.89		

Dari tabel tersebut terlihat bahwa sebagian besar (72,2%) responden memiliki pengetahuan dengan kategori cukup, dan sebagian kecil (8,3%) responden dengan pengetahuan baik tentang pertolongan pertama pada dislokasi.

Setelah pemberian edukasi dengan media digital QR Code dan pelatihan dengan metode demonstrasi, tim pengabdian membagikan kembali kuesioner untuk menilai pengetahuan responden tentang pertolongan pertama dislokasi. Hasil identifikasi pengetahuan sesuai dengan tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Identifikasi pengetahuan responden setelah pemberian edukasi dengan media digital QR Code kesehatan metode demonstrasi dan

Kriteria Penilaian	Post -test	
	F	%
Baik	23	63,9
Cukup	13	36,1
Kurang	0	0
Total	36	100
Mean : 2,64		

Dari tabel 3 di atas terlihat bahwa pengetahuan responden sebagian besar (63,9%) berada dalam kategori baik, dan tidak ada yang memiliki pengetahuan yang kurang. Data hasil pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi kesehatan selanjutnya dianalisis menggunakan uji statistik Wilcoxon signed rank test dengan hasil sesuai tabel 4.

Tabel 4. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Pre dan Post

Kriteria Penilaian	Pre-test		Post-test	
	F	%	F	%
Baik	3	8,3	23	63,9
Cukup	26	72,2	13	36,1
Kurang	7	19,4	0	0
Total	36	100	36	100

Hasil dari perbandingan data pre dan post menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan pada kategori baik dari yang awalnya 8,3% menjadi 63,9%.

Pembahasan

Hasil pengetahuan responden sebelum edukasi kesehatan diperoleh sebagian besar responden memiliki pengetahuan dengan kategori cukup, dan hanya sebagian kecil responden dengan pengetahuan baik tentang

pertolongan pertama pada dislokasi. Hal ini bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya sebagian besar responden tidak mengikuti organisasi, hampir seluruh responden belum pernah memperoleh informasi tentang pertolongan pertama dislokasi dan seluruhnya belum pernah melakukan pertolongan pertama pada dislokasi.

Sebagian besar siswa yang tidak mengikuti organisasi cenderung memiliki keterbatasan dalam akses terhadap informasi dan pengalaman di luar kegiatan akademik formal. Organisasi, baik di lingkungan sekolah maupun luar sekolah, umumnya menjadi wadah bagi siswa untuk memperoleh berbagai pengetahuan tambahan, termasuk keterampilan pertolongan pertama pada dislokasi (Rachmania, Kartika Sari and Susmiatin, 2024). Selain itu, siswa yang belum pernah memperoleh informasi mengenai pertolongan pertama pada dislokasi menunjukkan kurangnya paparan terhadap sumber edukasi kesehatan, baik melalui penyuluhan, media pembelajaran, maupun pelatihan. Ketiadaan informasi ini berdampak langsung pada rendahnya pemahaman konsep dasar, tanda dan gejala dislokasi, serta langkah-langkah penanganan yang tepat (Rosidah, 2022). Demikian halnya dengan siswa yang belum pernah melakukan pertolongan pertama pada kasus dislokasi juga tidak memiliki pengalaman praktik langsung yang dapat memperkuat pemahaman mereka. Pengalaman langsung merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, karena memungkinkan individu untuk mengaplikasikan teori ke dalam situasi nyata (Widayati and Rachmania, 2021).

Dislokasi merupakan suatu kondisi cedera pada sistem muskuloskeletal yang ditandai dengan pergeseran atau keluarnya tulang dari posisi normalnya pada sendi. Dislokasi umumnya terjadi akibat trauma atau benturan keras, seperti jatuh, kecelakaan, cedera olahraga, maupun gerakan sendi yang berlebihan atau tidak wajar (Rahman, Alaydrus and Hamzah, 2025). Kondisi ini dapat menimbulkan nyeri hebat, pembengkakan, serta perubahan bentuk pada sendi yang terkena. Oleh karena itu, diperlukan penanganan awal yang tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Pertolongan pertama pada dislokasi dilakukan

dengan cara mengimobilisasi atau mempertahankan posisi sendi agar tidak bergerak, tidak mencoba mengembalikan posisi tulang secara paksa, memberikan kompres dingin untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan, serta segera membawa korban ke fasilitas pelayanan kesehatan untuk mendapatkan penanganan medis yang tepat (Martini *et al.*, 2024).

Edukasi tentang pertolongan pertama dislokasi yang telah dilakukan tim pengabdian menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pertolongan pertama dislokasi. Kegiatan terbagi dalam 2 sesi, dimana sesi 1 adalah metode pemberdayaan yang mana tim pengabdian memilih 2 anggota PMR terpilih yang bertugas sebagai kader untuk menyampaikan informasi edukasi kesehatan yang akan diberikan kepada responden. Alasan pemilihan teman sebaya dalam metode pemberdayaan ini adalah guna melatih kader sekaligus membuat suasana belajar menjadi lebih santai dan menarik, agar materi yang disampaikan mudah diterima oleh responden. Dalam penyampaian materi harus menggunakan metode yang tepat. Metode demonstrasi dipilih sebagai metode yang tepat untuk meningkatkan kemampuan skill responden dalam pertolongan pertama dislokasi karena dengan demonstrasi maka responden akan mengamati secara langsung cara penanganan dislokasi dan mereka juga diberikan kesempatan untuk mempraktekkan kembali langkah-langkah dalam pertolongan pertama dislokasi. Perpaduan metode demonstrasi dengan media digital berbasis QR code juga menjadi perpaduan metode yang tepat, karena dengan media digital yang berupa kode, maka responden bisa terus mengakses informasi dari layar telepon genggam mereka masing-masing dan dengan mudah mengakses informasinya dimana saja dan kapan saja.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosidah (2022) yang menyatakan bahwa metode demonstrasi efektif membantu siswa memahami materi lebih baik karena disajikan secara langsung proses atau prosedur yang dipelajari sehingga lebih mudah dipahami dibandingkan dengan metode ceramah. Berdasarkan beberapa penelitian, penggunaan media digital berbasis QR Code terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa. QR Code memungkinkan

siswa mengakses materi pembelajaran secara cepat dan interaktif, sehingga mempermudah pemahaman konsep. Penelitian menunjukkan bahwa media QR Code mampu meningkatkan literasi sains, mempercepat pemahaman materi, serta meningkatkan hasil belajar siswa (Sari & Qonita, 2023; Khoirudin *et al.*, 2024). Selain itu, kemudahan akses informasi melalui QR Code juga mendorong partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan.

Hasil post-test pengetahuan responden tentang pertolongan pertama pada dislokasi yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang. Hal ini semakin menguatkan bahwa pemilihan dalam metode belajar sangat mempengaruhi pemahaman siswa dalam pembelajaran. Beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan dari penerapan kedua metode di atas adalah usia responden yang sebagian besar dalam kategori remaja, Remaja merupakan kelompok usia yang berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal, sehingga memiliki kemampuan berpikir abstrak dan memahami informasi secara lebih kompleks. Selain itu, remaja juga merupakan generasi digital native yang terbiasa menggunakan teknologi dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan media digital yang bersifat interaktif, menarik, serta mudah diakses membuat informasi lebih mudah diterima dan dipahami oleh remaja. Oleh karena itu, penyampaian informasi melalui media digital menjadi lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan pada kelompok usia remaja.

Kesimpulan

Terdapat peningkatan pengetahuan tentang pertolongan pertama dislokasi pada siswa kelas X di SMAN 1 Plemahan setelah diberikan informasi edukasi dengan menggunakan media digital berbasis QR Code dan pelatihan dengan metode demonstrasi dari tingkat pengetahuan yang cukup menjadi baik. Media digital berupa QR code bisa diakses siswa melalui telepon genggam masing-masing sehingga menarik untuk dipelajari lebih lanjut. Metode demonstrasi memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk bisa mempraktekkan cara penanganan dislokasi.

Diharapkan kedua metode ini bisa dikembangkan dan diaplikasikan saat proses pembelajaran di kelas atau kegiatan ekstrakurikuler seperti PMR agar siswa bisa lebih cepat mengetahui dan memahami informasi dengan baik.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian menyampaikan banyak terimakasih kepada SMAN 1 Plemahan dan juga responden dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini karena telah memberi kesempatan dan memberikan banyak kontribusi sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar

Daftar Pustaka

- Hariyadi, H. and Setyawati, A. (2022) 'Pengaruh Metode Demonstrasi Teknik Pembidaian pada Anggota PMR Terhadap Pertolongan Pertama Fraktur', *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 3(1), pp. 59–67.
- Martini, N.M. *et al.* (2024) *Buku Ajar Keperawatan Gawat Darurat*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Muthmainnah, N. and Kep, M. (2024) *Olahraga tanpa cedera*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Nurmalitasari, M.A. *et al.* (2025) 'Effectiveness Of Qr Code Implementation For Patient Education Towards Improving Nurses'performance: A Case Study At Hermina Banyumanik Hospital', *Scientific Journal Of Altruistic Nursing*, 8(2), pp. 1–9.
- Rachmania, D., Kartika Sari, M. and Susmiatin, E.A. (2024) 'Pemberdayaan Kader Dalam Meningkatkan Kemampuan Siswa Pmr Dalam Penanganan Pertama Luka Bakar', 03(03), pp. 2963–1343. Available at: <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKas/index.php/MOO>.
- Rahman, H., Alaydrus, M.M. and Hamzah, M.A. ad (2025) 'Pelatihan Pemasangan Balut Bidai Sebagai Tatalaksana Awal Pada Trauma Dislokasi Dan Patah Tulang Pada Masyarakat Pesisir Pantai Desa Kuranji Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat', *Eastasouth Journal of Impactive Community Services*, 3(02), pp. 61–68.
- Ramadhan, M.D.R. *et al.* (2026) 'Efektivitas

Edukasi Dislokasi Berbasis Audiovisual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Remaja', *Jurnal LENTERA*, 6(1), pp. 107–116.

- Rosidah, B. (2022) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Demonstrasi Terhadap Hand Hygiene 6 Langkah 5 Momen Keluarga Pasien', *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 3(1), pp. 73–82.

- Widayati, D. and Rachmania, D. (2021) 'Pemberdayaan Peer Tutor Breathing Exercise Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Manajemen Pencegahan Kegawatan Covid-19 pada Remaja di SMK Pemuda Papar Kediri', *Jurnal TRI DHARMA MANDIRI*, 1(2), pp. 52–64.