



PL-FAST : Pangudi Luhur First Aid Simulation and Training

FIRST AID TRAINING DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Kecelakaan dan kondisi darurat dapat terjadi kapan dan di mana saja. Termasuk di lingkungan kerja dan lingkungan sekolah. Sebagai contoh, beberapa tahun lalu, terjadi insiden seorang murid tewas tenggelam ketika mengikuti pelajaran berenang di sekolahnya. Belum lama ini juga terjadi sekelompok anak remaja bermain di sungai, dan terjadi musibah salah seorang tenggelam karena terseret arus. Ironisnya, sebenarnya korban dapat saja selamat bila pertolongan pertama dilakukan secara tepat dan cepat, yaitu dengan resusitasi jantung paru.

“Problem paling sering dalam menghadapi kecelakaan adalah tidak tahu harus melakukan apa saat bertemu korban, sehingga peluang menyelamatkan nyawa terlewat begitu saja,” jelas **dr. Agung Cahyono T, M.Si** selaku instruktur kepala di acara PL FAST 2018, di awal tahun 2018. “Tidak jarang pula, malahan ketika seseorang mencoba melakukan tindakan pertolongan justru menyebabkan luka bertambah parah, atau nyawa semakin tidak

tertolong,” lanjutnya.

Di tahun 2018 ini akhirnya diselenggarakan PL FAST, dengan peserta sebagian murid SMA Pangudi Luhur Jakarta. Menurut dr. Agung, sesungguhnya mempelajari *first aid* bukan berdasarkan tingkat pendidikan tetapi justru perlu dipelajari sedini mungkin. “Makin cepat seseorang tahu dan bisa melakukan pertolongan pertama, makin banyak nyawa terselamatkan. Bahkan sebaiknya sejak SD sudah

diajarkan,” lanjut dokter yang telah bertahun-tahun menjadi instruktur pelatihan pertolongan pertama ini.

Pentingnya pelajar SMA belajar tentang pertolongan pertama pada kecelakaan, adalah karena kenyataan kejadian kecelakaan banyak dialami anak SMA. Aktivitas fisik yang tinggi, keseharian di mana mereka mulai banyak kegiatan dan bepergian dengan kendaraan, jenis olahraga yang lebih agresif, dan emosi yang masih kurang stabil



menjadi kumpulan faktor risiko.

“Berdasarkan pengalaman dan statistik di mana pun, memang korban yang telah mendapatkan pertolongan pertama sebelum mencapai rumah sakit, mempunyai peluang dan harapan hidup lebih baik, dan risiko kecacatan lebih kecil,” tambah **dr. Patar P. Oppusunggu, Sp.OT**, yang juga menjadi instruktur. “Masalahnya, meskipun semangat menolong orang lain sangat tinggi di Indonesia, namun pengetahuan tentang pertolongan pertama pada kebanyakan orang masih sangat minim,” lanjutnya. Oleh karenanya pemahaman tentang pertolongan pertama yang benar ini sangatlah penting.

Pangudi Luhur First Aid Simulation and Training (PL FAST) adalah program pelatihan pertolongan pertama pada korban kecelakaan yang dilakukan oleh para alumni SMA Pangudi Luhur Jakarta, yang tergabung dalam BroDocs – Forum Dokter Alumni Pangudi Luhur Jakarta. “PL FAST pertama kali diselenggarakan tahun 2017, dengan peserta seluruh staf pengajar dan karyawan di SMA Pangudi Luhur. Bahkan Kepala Sekolah pada saat itu pun ikut menjadi peserta pelatihan,” ujar **dr. Martinus M. Leman, Sp.A** selaku inisiator kegiatan ini.

Ide awalnya, adalah menciptakan lingkungan SMA Pangudi Luhur menjadi lebih aman, dengan membekali para staf dan karyawan dengan keterampilan pertolongan pertama. Tujuannya agar mereka mampu bertindak cepat dan benar bila ada kecelakaan di lingkungan sekolah. Namun, akhirnya disadari bersama bahwa keterampilan ini pun sangat baik bila dapat dimiliki para murid SMA Pangudi Luhur. Inilah yang akhirnya menjadikan pelatihan ini juga diberikan bagi para murid SMA.

Materi yang diberikan dalam acara ini mencakup prinsip pertolongan pertama, cara penanganan awal korban, resusitasi jantung paru, penggunaan alat kejut jantung otomatis, penanganan luka dan patah tulang, dan cara mengevakuasi korban dengan benar dan aman. Kegiatan ini direncanakan akan dilakukan secara rutin bagi para murid SMA Pangudi Luhur, sebagai bagian dari proses pendidikan di luar kurikulum.

Nampaknya memang sudah waktunya pelatihan pertolongan pertama pada kecelakaan lebih banyak dilakukan bagi orang awam. Memberikan materi ini dalam rangkaian pendidikan ekstra-kurikuler di sekolah merupakan salah satu upaya yang patut diapresiasi. **MML**



Betmiga
mirabegron
A fresh start in OAB

astellas
Leading Light for Life

IT'S TIME TO THINK
OF SOMETHING ELSE.

The first β_3 -adrenoceptor agonist
to treat overactive bladder

- **Betmiga** β_3 ADRENOSEPTOR AGONIS PERTAMA UNTUK PENGOBATAN OAB¹
- **Betmiga** DENGAN MEKANISME TERBARU YANG TERBUKTI EFEKTIF UNTUK PASIEN OAB¹
- **Betmiga** TERBUKTI SIGNIFIKAN MEMPERBAIKI GEJALA OAB²
- **Betmiga** TERBUKTI CEPAT DAN EFEKTIF MEMPERBAIKI GEJALA OAB³

Referensi:

1. Chu F, Dimochawski R. *Am J Med* 2012; 119: 35-45. 2. Khullar V, Amarencu G, Angulo JC, et al. Efficacy and tolerability of mirabegron, a β_3 -adrenoceptor agonist, in patients with overactive bladder: results from a randomized European-Australian Phase 3 Trial. *Eur Urol* 2013;63(2):283-95. 3. Chappel R, et al. Onset of action of the β_3 -adrenoceptor-agonist, mirabegron, in Phase II and III clinical trials in patients with overactive bladder. *World J Urol* (2014) 32:1565-1572

PMR/2016/0037/10-41