JURNAL BAKTI SOSIAL
Volume 3, Number 2, Tahun 2024 | E-ISSN 2962-9527 | Page 28-38
Email: baktisosial@gmail.com
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

PROSEDUR PERTOLONGAN PERTAMA PADA KECELAKAAN ORGANISASI PRAMUKA

Nur Sakinah Lubis[1],Salsabilla Hasibuan[2],Yulia Raudhatul[3],

[1234]Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

nursakinah42023@gmail.com,salsabilahasibuan0@gmail.com,
yulia0306232146@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk memperdalam tata pertolongan pertama pada kecelakaan . Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dimana metode ini memanfaatkan data kualitatif dan dideskripsikan secara deskriptif. Sumber data dalam penelitian ini diperoleh melalui observasi, dan media online. Teknik pengumpulan data dan analisis data dalam penelitian ini adalah observasi. Hasil penelitian Prosedur pertolongan pertama sesorang harus memahami adalah kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut dengan benar. Seseorang yang dapat menjelaskan, menyebutkan contoh meramalkan, menyimpulkan dari hal berarti dia telah paham terhadap hal tersebut. Pertolongan pertama dengan benar. Salah satunya karena kurangnya Pendidikan tentang pertolongan pertama di ranah anggota pramuka, Pendidikan pertolongan pertama hanya bisa didapatkan oleh pelajar dalam megikuti kegiatan ekstrakulikuler seperti Pramuka dan PMR. Dan juga kebanyakan media informasi yang tersedia tentang pertolongan pertama bersifat tekstual yang kurang bisa di pelajari oleh para anggota pramuka

Kata Kunci: Prosedur , Pertolongan, Pertama, Pada kecelakaan

Abstrac

The aim of this research is to deepen first aid procedures for accidents. This research uses a descriptive qualitative approach, where this method utilizes qualitative data and is described descriptively. The data sources in this research were obtained through observation and online media. The data collection and data analysis technique in this research is observation. The results of the research. The first aid procedure a person must understand is the ability to explain correctly about known objects and be able to interpret the material correctly.

Corresponding Author: Nur Sakinah Lubis				
Article History	Submitted: Mei 24, 2025	Revision: Juli 04, 2025	Accepted: September 09, 2025	Published: Desember 31, 2025
DOI: https://doi.org/10.63736/jbs.v4i2				

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

Someone who can explain, give examples, predict, conclude from something means he understands that thing. Correct first aid. One of them is due to the lack of education regarding first aid in the realm of scout members. First aid education can only be obtained by students when taking part in extracurricular activities such as Scouting and PMR. And also most of the information available about first aid is textual which is not something scout members can learn.

Keywords: Procedure, First Aid, Accidents

PENDAHULUAN

Prosedur tidak hanya melibatkan aspek financial saja, tetapi aspek manajemen juga memiliki peranan penting. Maka setiap perusahaan memerlukan suatu prosedur yang baik untuk menyelesaikan kegiatan atau aktivitas operasional sehingga keputusan yang diambil harus tepat, efektif dan efisien agar perusahaan tidak mendapat kerugian dan konsumen tidak dirugikan.

Pengertian prosedur menurut Ida Nuraida (2018:35), yang menyatakan bahwa “prosedur menunjukkan cara pelaksanaan pekerjaan dari suatu tugas yang terdiri atas satu atau lebih kegiatan yang bersifat tulismenulis oleh seorang pegawai sehingga serangkaian metode yang disatukan akan membentuk suatu prosedur.” Pendapat Ida Nuraida tersebut jika dipahami, bahwa prosedur adalah suatu cara, dimana pembuatan cara tersebut dipersiapkan untuk jangka waktu mendatang dan bisa jadi akan digunakan secara terus menerus jika cara tersebut dapat dipergunakan secara efektif dan efisien. Suatu cara di atas berisikan aturan atau pedoman untuk melakukan aktivitas-aktivitas pekerjaan dalam rangka untuk mencapai suatu tujuan organisas

Pertolongan pertama adalah memberikan pertolongan dan pengobatan darurat dengan sementara yang dilaksanakan secara tepat dan cepat. Tujuan utama bukan untuk memberikan pengobatan akhir, tapi suatu usaha untuk mencegah dan melindungi korban dari keparahan yang lebih lanjut akibat suatu kecelakaan (Sucipto, 2009). Pertolongan pertama (First Aid) adalah upaya pertolongan dan perawatan sementara terhadap korban sebelum mendapat pertolongan yang lebih sempurna dari dokter atau paramedik. Berarti pertolongan tersebut bukan sebagai pengobatan atau penanganan yang sempurna, tetapi hanyalah berupa pertolongan sementara yang dilakukan oleh petugas pertolongan

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

pertama (petugas medik atau orang awam) yang pertama melihat korban (Kartono, 2005). Pertolongan Pertama (PP) merupakan usaha-usaha untuk menangani korban segera mungkin ditempat kejadian sebelum tenaga medis mengambil alih penanganan, macam-macam tindakan yang dilakukan dalam pertolongan pertama, seperti memindahkan korban pada tempat yang aman dan lapang untuk bisa memberikan pertolongan lebih lanjut kepada korban sewaktu mengalami kecelakaan. Pertolongan pertama sangat

diperlukan bagi anak, karena anak sewaktu-waktu dapat mengalami kecelakaan, penyebabkecelakaan pada anak berbeda dengan orang dewasa. Penanganan kecelakaan pada anak tergantung pada keadaan (Yuniarto dalam Islami, 2008). Pingsan adalah keadaan di mana fungsi otak terganggu sehingga korban tidak sadarkan diri. Pingsan sering terjadi ketika upacara bendera karena siswa tidak baik kondisi kesehatannya. Kondisi fisik yang kurang baik dapat menyebabkan badan lemas dan dapat menyebabkan jatuh pingsan. Ada beberapa penyebab yang mengakibatkan siswa mengalami pingsan saat di Sekolah diantaranya yaitu tidak sarapan, terlalu lama berada dibawah sinar matahari, tubuh yang tidak sehat, dehidrasi,

Prosedur merupakan suatu proses, langkah–langkah atau tahapan–tahapan dari serangkaian kegiatan yang saling berhubungan satu dengan yang lainnya, prosedur juga biasanya melibatkan beberapa orang dalam suatu departmen di dalam perusahaan. Menurut Mulyadi (2008: 5) prosedur adalah suatu urutan kegiatan klerikal, biasanya melibatkan beberapa orang dalam suatu departemen atau lebih, yang dibuat untuk menjamin penanganan secara seragam transaksi perusahaan yang terjadi berulang – ulang. Sedangkan menurut Azhar (2000: 195) juga menjelaskan bahwa Prosedur adalah rangkaian aktivitas atau kegiatan yang dilakukan secara berulang dengan cara yang sama. Dari kedua definisi prosedur diatas dapat disimpulkan bahwa prosedur merupakan suatu urutan kegiatan klerikal yang biasanya melibatkan beberapa orang dalam satu departemen atau lebih, yang disusun untuk menjamin penanganan secara seragam terhadap transaksi perusahaan yang terjadi berulang – ulang. Pada

Jurnal Bakti Sosial
Volume 3 Number 2 2024
e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

umumnya pekerjaan klerikal terdiri dari penulisan, pemberian kode, pembandingan, penggandaan, pemilihan, perhitungan, dan pembuatan daftar.jika kondisi memungkinkan Anda dapat melakukan pertolongan pertama dengan menggunakan kotak P3K yang ada First aid kit memang bukan media pengobatan, tujuannya adalah untuk meringankan luka penderita, menjaga korban agar tidak menjadi lebih parah, dan mendukung penyembuhannya. Korban kecelakaan dijalan raya sering kali tidak tertangani dengan baik, padahal dengan adanya first aid kit standar, perdarahan bisa dihentikan meskipun untuk sementara. Sambil menunggu pertolongan pertama

itu datang, jika kondisi memungkinkan Anda dapat melakukan pertolongan pertama dengan menggunakan kotak P3K yang ada.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan deskriptif kualitatif, dimana metode ini menggunakan data kualitatif dan dideskripsikan secara deskriptif (Suhami Arikunto 2015) Sumber data dalam penelitian ini diperoleh observasi, dan media online. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, dan media online yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan, menggali, dan mengumpulkan informasi yang valid, lengkap, dan relevan terkait dengan topik masalah yang menjadi objek penelitian. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis melalui pendekatan menyimpulkan hasil yang telah diperoleh dan menafsirkan hasil yang diperoleh (Sugiono 2018)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Prosedur Pertolongan Pertama

Prosedur pertolongan pertama di tempat kerja adalah untuk menyelamatkan nyawa di tempat kerja. "Kemudian berikan kenyamanan dan dukung proses pemulihan.". Selain itu, pertolongan pertama di tempat kerja juga dapat mendukung proses penyembuhan luka akibat kecelakaan. Tujuan lainnya adalah untuk mencegah hal-hal yang lebih buruk terjadi pada korban dan menenangkan korban.

2. Cara Melakukan Pertolongan Dengan Benar

Pada saat melakukan pertolongan pertama ada aturan yang harus di patuhi

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

karena jika tidak dapat menyebabkan luka korban semakin parah. menurut halodoc.com ini cara cara yang harus dilakukan pada saat melakukan pertolongan pertama:



Gambar II.4 Teknik Pertolongan pertama
Sumber: https://trainingcenter.events/articles/detail/10-pertolongan-pertama-pada- kecelakaan-bag-1

a. Cara melakukan Pertolongan pertama dalam kulit terbakar
   cara melakukan pertolongan pertama pada luka terbakar adalah diamkan lukasesaat lalu dinginkan luka dengan air es atau air biasa, lalu oleskan salep yangmengandung aloe vera atau cari tanaman lidah buaya disekitar dan oleskan terhadap luka.
b. Cara melakukan pertolongan pertama dalam tertusuk benda asing atau tajam Jika benda yang tertusuk kepada korban segeralah cabut benda tersebut dan basuh luka dengan air bersih dan tutup luka dengan kain bersih, jika benda yang tertusuk kepada korban adalah benda yang besar cukup bersihkan luka disekitaran luka dengan air bersih dan tunggu tenaga medis sampai kelokasi.(Fadli, 2020)
c. Cara melakukan Pertolongan pertama dalam memarKompresi dengan es batu merupakan salah satu bentuk pertolongan pertama yang mempersempit pembuluh darah yang pecah dan membuatnya perlahan pulih. Selama 48 jam pertama, Anda perlu mengoleskan es ke memar selama 20 menit setiap jam. Setelah
d. 8 jam, Anda harus mengganti kompres dengan kain yang dibasahi air hangat untuk mengembalikan sirkulasi darah ke normal. (Marianti, 2019)
e. Cara melakukan pertolongan pertama terhadap tersedak makanan
   Korban yang mengalami tersedak mintalah korban untuk batuk sehingga makanan yang tersangkut pada tenggorakan bisa keluar, jika masih mengganjal mintalah korban untuk untuk menunduk dan pukul bagian belakang tubuh korban dengan pelan sehingga makanan yang

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

tersangkut di tenggokoran bisa keluar. (Marianti, 2019)

f. Cara melakukan Pertolongan pertama terhadap keracunan
   Korban yang mengalami keracunan pasti mengalami mual dan tidak enak badan, sebisa mungkin keluarkan makanan yang menyebabkan keracunan dan jaga tubuh agar tidak dehidrasi dengan cara minum air putih hangat sebanyak 1 gelas dalam30 menit, dan jangan memakan makanan yang mengandung minyak selama mengalami mual karena akan memperburuk sistem pencernaan lainnya.(Rizal, 2019, h. 20).
g. Cara melakukan pertolongan pertama terhadap pendarahan
   Langkah pertama yang dilakukan adalah tekan luka yang mengalami pendarahan dengan kain tisu atau kain bersih namun hindari menekan luka yang mengalami pendarahan terlalu keras. Lalu setelah beberapa saat lepaskan tisu atau kain bersih secara perlahan lalu bersihkan luka dengan bahan antiseptik atau air hangat. Terakhir tutup luka dengan kain bersih yang baru.(Pane.2019, :.22).
h. Cara melakukan Pertolongan pertama terhadap mimisan
   Masih banyak masyarakat yang salah melakukan pertolongan pertama terhadap mimisan, mendongakkan kepala saat mimisan malah akan memperburuk keadaan karena darah yang harusnya dikeluarkan malah menyumbat hidung. Jadi cara yang benar adalah memencet hidung dengan tisu sehingga darah keluar semua dan diamkan tisu didalam lubang hidung.(kemala, 2020).
i. Cara melakukan Pertolongan pertama terhadap orang yang tenggelam
   Setelah korban diangkat dari kolam atau air langsung baringkan korban di tanah dengan terlentang dan cek nadi dan pernapasannya, jika korban tidak merespon lakukan lah CPR dengan tangan.(Firdaus, 2020).
j. Cara melakukan pertolongan pertama terhadap tersengat listrik
   Hal terpenting dalam melakukan pertolongan pertama untuk korban yang terkena sengatan listrik adalah matikan terlebih dahulu sumber listrik dan jangan coba coba menyentuh korban dengan tangan kosong, sentuh lah bagian tubuh korban dengan benda isolator(benda yang tidak menghantar listrik) setelah itu cek pernapasan korban jika tidak merespon segera hubungi nomor darurat.(Firdaus, 2020).
k. Cara melakukan Pertolongan pertama terhadap patah tulang

Jangan bergerak kecuali diperlukan. Untuk mencegah cedera lebih lanjut, harap tetap stabil sambil menjaga area cedera. Jika punggung atau leher korban terluka, jangan bergerak. Untuk merawat area luka, Anda dapat melipat selembar karton atau majalah dan meletakkannya dengan lembut di bawah kaki Anda untuk membuat bidai. Kemudian ikat dengan hati-hati

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

dengan strip kain

3. Cara melakukan CPR

CPR adalah suatu tindakan pertolongan pertama yang biasa digunakan untuk seseorang yang mengalami henti jantung atau seseorang yang mengalami henti pernapasan setelah terjadi kecelakaan. CPR tidak bisa dilakukan oleh orang yang tidak mengetahui cara melakukannya dengan benar karena dapat menyebabkan kerusakan yang lebih parah dari sebelumnya. Cara melakukan CPR adalah letakan kedua tangan anda di tengah korban dan tekan dada korban selama 100-120 kali permenit dengan kecepatan 1-2 detik per detik. Jika tida mempunyai kemampuan melakukan CPR maka di anjurkan untuk tidak melakukan CPR karena dapat menyababkan luka yang lebih serius

Pembahasan

1. Alat Alat Yang Dapat Digunakan Untuk Pertolongan Pertama

Adapun alat alat yang digunakan untuk mempermudah pertolongan pertama diantaranya adalah:

1. Kain kasa bersih

Kain kasa perannya sangat penting untuk melakukan pertolongan pertama karena hampir semua luka bisa diobati memakai kain kasa sebagai pelindungnya. Tujuan menggunakan kain kasa adalah melindungi luka dari debu dan kotoran yang bisa menyebabkan infeksi kepada luka.



Gambar II.5 Penggunaan kain kasa
Sumber: https://hai.grid.id/read/07609956/menutup-luka-dengan-kain-kasa-ternyata- berbahaya-ini-solusinya-?page=all

2. Perban

Perban tersebut berfungsi sebagai perekat kain kasa untuk melindungi bagian pelindung agar tidak terbuka secara tiba-tiba. Perban juga bisa digunakan sebagai bantalan pengaman untuk menghentikan proses pendarahan. Pemakaian perban harus selalu diperhatikan bersih dan harus diganti secara rutin.

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial



3. Kapas

4. Gambar II.6 Penggunaan perban Sumber: https

Sebelum menggunakan obat cair, gunakan kapas untuk membersihkan area luka. Biasanya sebelum menggunakan kain kasa dan perban, kapas juga digunakan sebagai pembalut untuk menutupi luka. Penggunaan kain katun harus hati-hati untuk mencegah serat kapas tertinggal di area luka.



Gambar II.7 Kapas
Sumber: https://pontianak.tribunnews.com/2020/04/13/bisa-sembuhkan-banyak-penyakit- dengan-cepat-letakkan-kapas-di-bagian-tubuh-ini

Prosedur pertolongan pertama bagi korban disebut *Medical First Respondent* (MFR) adalah pelatihan dasar bagi seseorang Penyelamat pertama yang tiba di tempat kejadian. pembantu Harus memiliki kemampuan untuk menghadapi keadaan darurat, dan Setelah pelatihan paling dasar untuk memberikan bantuan. Sebelum korban menjadi korban Bawa ke rumah sakit, selain itu pelaku pertolongan pertama memiliki kewajiban yaitu:

1. Menjaga keselamatan diri, anggota tim, korban dan orang-orang di sekitar
2. Dapat mengenali dan mengatasi masalah yang mengancam jiwa
3. Membantu pelaku pertolongan lainnya
4. Berkomunikasi dengan petugas medis
5. Mempersiapkan korban untuk di bawa ketempat medis

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial



Gambar II.13 Palang Merah Indonesia
Sumber: https://belitung.tribunnews.com/2019/11/12/pmi-gelar-pelatihan-spesialisasi- pertolongan-pertama

Seorang penolong harus tanggung jawab kepada korban yang ditolongnya dan harus berprilaku profisional Seorang penolong harus tanggung jawab kepada korban yang ditolongnya dan harus berprilaku profisional

KESIMPULAN

Prosedur pertolongan pertama sesorang harus memahami adalah kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut dengan benar. Seseorang yang dapat menjelaskan, menyebutkan contoh meramalkan, menyimpulkan dari hal berarti dia telah paham terhadap hal tersebut. Pertolongan pertama dengan benar. Salah satunya karena kurangnya Pendidikan tentang pertolongan pertama di ranah anggota pramuka, Pendidikan pertolongan pertama hanya bisa didapatkan oleh pelajar dalam megikuti kegiatan ekstrakulikuler seperti Pramuka dan PMR. Dan juga kebanyakan media informasi yang tersedia tentang pertolongan pertama bersifat tekstual yang kurang bisa di pelajari oleh para pelajar Oleh karena itu dibutuhkannya sebuah media yang dapat menginformasikan tentang pertolongan pertama dengan cara yang menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

Listiana, Devi, & Ade Risky Oktarina. 2019. “Pengaruh Pelatihan Balut Bidai Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Siswa/i Palang Merah Remaja (Pmr) Di Sma n. 4 Kota Bengkulu 1.” *CHMK Nursing Scientific Journal* 3 (2).

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

Maulidia, Rahmawati, & Nining Loura. 2019. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Kognitif Dengan Kemauan Melakukan Cardiopulmonary Resuscitation (Cpr) Pada Remaja Di Malang." *Jurnal Keperawatan Mesencephalon* 5 (1): 6–13.

Munawaroh, Siti Nadifatul. 2017. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Anggota Palang Merah Remaja (PMR) Tentang Tindakan Pertolongan Pertama Pada Cedera Siswa (Studi Di SMK NU Sunan Ampel Kec. Ponocokusumo Kab. Malang)*. Skripsi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

Najihah, & Rahmawati Ramli. 2019. "Pendidikan Kesehatan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Meningkatkan Pengetahuan Anggota PMR Tentang Penanganan Fraktur." *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* 10 (2): 151–54. http://forikes-ejournal.com/index.php/SF.

Nasri, & Ari Septi Mei Leni. 2021. "Pengetahuan Siswa Ekstrakurikuler SMA Sederajat Kota Surakarta Tentang Pencegahan, Perawatan, Dan Pertolongan Pertama Cedera Olahraga." *Jurnal Menssana* 6 (1): 1–11.

Notoadtmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatdmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurlaela, Emi, & Asri Nurul Mamluaty. 2020. "Peningkatan Pengetahuan Mengenai
Pertolongan Pertama Pada Perdarahan Akibat Luka Cidera Pada Siswa
Sekolah Dasar Muhammadiyah Bligo Kabupaten Pekalongan." *URECOL (University Research Colloquium) 2020*, 232–36.

Nursalam. 2015. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.Jakarta: Salemba Medika.

Okta, Ruchy Pharamanandya, & Soetanto Hartono. 2020. "Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 8 (2): 101–8.

Potter, Perry. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, Dan Praktik. Edisi 4 Volume 1*. Jakarta: EGC.

Priyatno, Tatok, & M Pudia Indika. 2019. "Tinjauan Tingkat Pengetahuan Pelatih Tentang Pertolongan Pertama Cedera Olahraga Di PPLP Sumatera Barat." *Jurnal Stamina* 2 (September): 1–9.

Riskedas, Tim. 2018. *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018*. *Kementerian KesehatanRI*.
https://drive.google.com/drive/folders/1XYHFQuKucZIwmCADX5ff1aDhfJg qzI-

e-ISSN: 2962-9527
https://jurnal.asrypersadaquality.com/index.php/baktisosial

l%0A(di akses 20 Oktober 2020).

Setiadi. 2007. *Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu. Simatupang, Nurhayati. 2016. “Pengetahuan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa

Fakultas Ilmu Keolahrgaan UNIMED.” *Jurnal Pedagogik Keolahragaan* 02 (01): 31–42.

Siyoto, Sandu. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.

Suparman. 2018. *Hubungan Pengetahuan Perawat Dengan Peran Perawat Sebagai Pelaksana Tindakan Code Blue Pada Pasien Gawat Darurat Di Ruang Perawatan Intensif Rumah Sakit Paru Jember*. Skripsi. Jember: Universitas Muhammadiyah Jember.

Suswitha, Dessy, & Dewi Rury Arindari. 2020. “Pengaruh Simulasi First Aid Kegawatdaruratan Kecelakaan Terhadap Pengetahuan Penanganan Fraktur.” *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 12 (1): 97–109.

Widhiyanti, Tri, Ariawati, & Bagia. 2019. “Analisa Penanganan Pertama Cedera Olahraga Pada Tim Atlet Bola Voli Putra IKIP PGRI Bali.” *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi* 5 (1): 39–43.

Wijaya, I Made Kusuma, Dewi Sri Wahyuni, Hendra Setiawan, & Kurnia Widiastuti Giri. 2019. “Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Cedera Olahraga Bagi Siswa Dan Guru Sekolah Dasar.” *Prosiding SENADIMAS Ke-4*, 488–95.