

Efektifitas Edukasi Video Terhadap Keterampilan Pertolongan Pertama Jatuh Lanjut Usia Pada Kelompok: *Pre Eksperimental*

Meilitha Carolina¹, Winda Agustina Wulandari², Efri Dulie³

^{1,2,3} Universitas Eka Harap

Email: wndawlnr@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Kejadian jatuh merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami lansia dan dapat menyebabkan cedera, kecacatan, penurunan kualitas hidup, hingga kematian. Rendahnya keterampilan lansia dalam memberikan pertolongan pertama menunjukkan perlunya edukasi yang efektif. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa edukasi dan pelatihan dapat meningkatkan kemampuan penanganan jatuh pada lansia, namun penggunaan video untuk meningkatkan keterampilan pertolongan pertama masih terbatas. Video penting digunakan karena memadukan gambar, suara, dan demonstrasi sehingga memudahkan lansia memahami dan mengingat langkah pertolongan pertama secara tepat. **Tujuan:** Mengetahui efektivitas edukasi berbasis video terhadap keterampilan pertolongan pertama lansia jatuh pada Kelompok Lansia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 63 responden yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner keterampilan pertolongan pertama lansia jatuh. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil:** Sebelum diberikan edukasi berbasis video, responden memiliki keterampilan dengan kategori kurang sebanyak 57 responden (90,5%). Setelah diberikan edukasi, responden memiliki keterampilan kategori baik sebanyak 44 responden (69,8%). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan $p < 0,05$, hal ini menunjukkan peningkatan keterampilan yang signifikan setelah pemberian edukasi berbasis video. **Kesimpulan:** Edukasi berbasis video efektif meningkatkan keterampilan pertolongan pertama pada lansia yang mengalami jatuh sehingga dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi kesehatan untuk meningkatkan kemampuan lansia melakukan penanganan awal kejadian jatuh pada lingkungan komunitas.

Kata kunci : edukasi, video, keterampilan, pertolongan, pertama, lansia, jatuh

Abstract

Background: Falls are one of the common health problems experienced by older adults and can lead to injuries, disability, decreased quality of life, and even death. The low level of older adults' skills in providing first aid indicates the need for effective education. Previous studies have shown that education and training can improve the ability to manage falls among older adults; however, the use of video to improve first-aid skills remains limited. Videos are important as an educational medium because they combine visual, auditory, and demonstration elements, making it easier for older adults to understand and remember the appropriate first-aid procedures. **Objective:** To determine the effectiveness of video-based education on first-aid skills for older adults experiencing falls in the Elderly Group. **Methods:** This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. A total of 63 respondents were selected using total sampling. Data were collected using a questionnaire assessing first-aid skills for older adults experiencing falls. Bivariate analysis was performed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. **Results:** Before receiving video-based education, 57 respondents (90.5%) had poor first-aid skills. After the intervention, 44 respondents (69.8%) demonstrated good skills. The results of the Wilcoxon Signed-Rank Test showed $p < 0.05$, indicating a significant improvement in first-aid skills following the provision of video-based education. **Conclusion:** Video-based education is effective in improving first-aid skills among older adults experiencing falls and can be utilized as a health education medium to enhance their ability to provide initial management of falls in community settings.

Keywords: education, video, skills, first aid, older adults, falls.

1. PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai perubahan fungsi tubuh akibat proses penuaan, termasuk penurunan kekuatan otot, keseimbangan, penglihatan, dan kemampuan mobilitas yang dapat meningkatkan risiko terjadinya jatuh. Kejadian jatuh

pada lansia dapat menyebabkan luka, memar, patah tulang, cedera kepala, keterbatasan mobilitas, penurunan kualitas hidup, ketergantungan terhadap orang lain, bahkan kecacatan permanen dan kematian (Gusman et al., 2023; Agustiningrum et al., 2023; Christina et al., 2025). Keterampilan dalam memberikan pertolongan pertama diperlukan untuk melakukan tindakan awal secara tepat, cepat, dan aman guna mencegah kondisi korban menjadi lebih berat (Sparovec et al., 2022). Kejadian jatuh pada lansia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan secara global maupun nasional. *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) melaporkan bahwa lebih dari 14 juta lansia mengalami jatuh setiap tahun atau sekitar satu dari empat lansia (CDC, 2026). Di Indonesia, prevalensi kejadian jatuh pada lansia diperkirakan berkisar antara 20% 40% per tahun, dengan risiko yang lebih tinggi pada lansia yang tinggal di fasilitas perawatan jangka panjang (Christina et al., 2025). Sementara itu, data prevalensi jatuh khusus di Kalimantan Tengah dan Kota Palangka Raya belum tersedia, tetapi penelitian Gultom et al. (2024) menunjukkan bahwa 19 dari 30 lansia atau sebesar 63% responden di Kota Palangka Raya pernah mengalami jatuh. Permasalahan tersebut juga ditemukan pada Kelompok Lansia Usia Indah Majelis Jemaat GKE Galilea. Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara terhadap tujuh lansia, sebanyak tiga lansia menyatakan pernah mengalami jatuh dan tidak mengetahui cara melakukan pertolongan pertama saat jatuh. Selain itu, lima lansia menyatakan menyukai video sebagai media untuk memperoleh informasi kesehatan dan memiliki *smartphone* untuk mengakses video kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan menyampaikan informasi pertolongan pertama secara mudah dipahami dan memberikan gambaran tindakan secara jelas. Edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan seseorang dalam melakukan tindakan kesehatan. Penelitian Gusma et al. (2023) menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai tindakan darurat yang tepat setelah diberikan edukasi mengenai penanganan kejadian jatuh pada lansia. Penelitian Legawati et al. (2026) juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai penanganan kejadian jatuh dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia terhadap pentingnya penanganan yang cepat dan tepat. Sementara itu, Prabowo dan Agustiyawan (2025) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan pelatihan mengenai penanganan cedera akibat jatuh pada lansia. Meskipun penelitian mengenai edukasi dan penanganan jatuh pada lansia telah dilakukan dengan berbagai metode, seperti sosialisasi, penyuluhan, ceramah interaktif, dan pelatihan, penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas edukasi berbasis video terhadap keterampilan pertolongan pertama pada lansia yang mengalami jatuh masih terbatas (Maulina et al., 2023; Gusma et al., 2023; Legawati et al., 2026; Prabowo & Condrowati, 2022; Prabowo & Agustiyawan, 2025). Media audiovisual memiliki keunggulan karena dapat menyajikan informasi melalui suara dan gambar secara bersamaan sehingga membantu meningkatkan pemahaman, serta perhatian, kemampuan mempraktikkan suatu keterampilan melalui demonstrasi visual dan audio (Habibah & Fauziah, 2025).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pre-experimental* dan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Pengukuran keterampilan pertolongan pertama dilakukan sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) diberikan intervensi berupa edukasi berbasis video. Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan keterampilan pertolongan pertama pada lansia setelah diberikan edukasi berbasis video (Suyuti et al., 2025). Penelitian dilaksanakan di Majelis Jemaat GKE Galilea pada tanggal 4 dan 11 Juli 2026. Populasi penelitian adalah seluruh anggota Kelompok Lansia Usia Indah Majelis Jemaat GKE Galilea yang berjumlah 70 orang. Sampel penelitian berjumlah 63 responden yang memenuhi kriteria

penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Kriteria inklusi meliputi lansia yang mampu berkomunikasi dengan baik dan mengikuti instruksi penelitian, aktif mengikuti kegiatan Kelompok, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi lansia yang sedang sakit berat atau tidak memungkinkan mengikuti penelitian serta lansia yang tidak hadir pada saat pretest, intervensi, atau posttest. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner keterampilan pertolongan pertama pada lansia jatuh yang terdiri dari 16 butir pertanyaan. Penilaian dilakukan dengan memberikan skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah. Instrumen dilakukan uji validitas kepada 30 lansia di Gereja Sangkakala Kota Palangka Raya. Hasil uji menunjukkan bahwa seluruh 16 butir pertanyaan dinyatakan valid, dengan nilai r hitung berkisar antara 0,465–0,737. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* $>0,60$. Hasil uji menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,859 untuk 16 butir pertanyaan, sehingga instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian. Pengumpulan data diawali dengan penjelasan penelitian kepada responden dan pengisian informed consent. Selanjutnya responden mengisi kuesioner pretest. Setelah pretest, responden diberikan intervensi berupa edukasi berbasis video mengenai pertolongan pertama pada lansia yang jatuh selama 5 menit 15 detik. Setelah intervensi selesai, responden mengisi kuesioner posttest menggunakan instrumen yang sama. Pelaksanaan edukasi menggunakan media video yang menampilkan materi dan demonstrasi langkah-langkah pertolongan pertama pada lansia yang mengalami jatuh. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi keterampilan pertolongan pertama sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perubahan keterampilan sebelum dan sesudah intervensi. Uji statistik yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Karakteristik Umum Responden

Data Umum	Jumlah (N)	Persentase (%)
Usia		
60-74 Tahun	57	90,5%
75-83 Tahun	6	9,5%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	55,5%
Perempuan	28	44,4%
Pendidikan		
SD	9	14,3%
SMP	13	20,6%
SMA	36	57,1%
S1	5	7,9%

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar berada pada kelompok usia 60–74 tahun, yaitu sebanyak 57 responden (90,5%), sedangkan responden yang berusia 75–83 tahun berjumlah 6 responden (9,5%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 35 responden (55,6%), sedangkan laki-laki berjumlah 28 responden (44,4%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki

pendidikan SMA, yaitu sebanyak 36 responden (57,1%), selanjutnya pendidikan SMP sebanyak 13 responden (20,6%), SD sebanyak 9 responden (14,3%), dan S1 sebanyak 5 responden (7,9%).

Tabel 2 Efektivitas Edukasi Berbasis Video Terhadap Keterampilan Pertolongan Pertama Pada Lansia Yang Jatuh Pada Kelompok Lansia Usia Indah Majelis Jemaat GKE Galilea

Keterampilan Pertolongan Pertama	<i>Prettest n (%)</i>	<i>Posttest n(%)</i>	<i>p-value</i>
Baik	2 (3,2%)	44 (69,8%)	0,000
Cukup	4 (6,3%)	18 (28,6%)	
Kurang	57 (90,5%)	1 (1,6%)	

Berdasarkan table hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan terdapat 63 *positive ranks*, 0 *negative ranks*, dan 0 *ties*. Hal tersebut menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan keterampilan setelah diberikan edukasi berbasis video. Hasil analisis diperoleh nilai $Z = -6,925$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan pertolongan pertama sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis video. Dengan demikian, edukasi berbasis video efektif meningkatkan keterampilan pertolongan pertama pada lansia yang jatuh.

Pembahasan

Efektivitas Edukasi Berbasis Video terhadap Keterampilan Pertolongan Pertama pada Lansia yang Jatuh

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi berbasis video, sebagian besar responden memiliki keterampilan pertolongan pertama dalam kategori kurang, yaitu 57 responden (90,5%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia belum memiliki kemampuan yang memadai dalam melakukan pertolongan pertama ketika terjadi jatuh. Setelah diberikan edukasi berbasis video, terjadi peningkatan keterampilan. Responden dengan kategori baik meningkat dari 2 responden (3,2%) menjadi 44 responden (69,8%), sedangkan kategori kurang menurun dari 57 responden (90,5%) menjadi 1 responden (1,6%). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan 63 *positive ranks*, tidak terdapat *negative ranks*, dan tidak terdapat *ties*. Artinya, seluruh responden mengalami peningkatan keterampilan setelah diberikan edukasi berbasis video. Nilai $Z = -6,925$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara keterampilan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi berbasis video efektif dalam meningkatkan keterampilan pertolongan pertama pada lansia yang jatuh. Peningkatan pada seluruh responden menjadi temuan penting karena menunjukkan bahwa perubahan tidak hanya terjadi pada sebagian kecil responden, tetapi terjadi secara konsisten pada seluruh responden penelitian. Temuan ini sejalan dengan penelitian Legawati et al. (2026) dan Prabowo dan Agustiyawan (2025) yang menunjukkan bahwa pemberian pendidikan atau pelatihan mengenai penanganan kejadian jatuh dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan peserta. Edukasi berbasis video dapat memberikan informasi sekaligus contoh tindakan secara konkret sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh responden.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa edukasi berbasis video efektif meningkatkan keterampilan pertolongan pertama pada lansia yang jatuh pada Kelompok Lansia Usia Indah Majelis Jemaat GKE Galilea. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden

memiliki keterampilan dalam kategori kurang, yaitu 57 responden (90,5%). Setelah diberikan edukasi berbasis video, keterampilan meningkat dengan 44 responden (69,8%) berada dalam kategori baik. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -6,925$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan pertolongan pertama sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis video. Dengan demikian, edukasi berbasis video dapat digunakan sebagai salah satu media pendidikan kesehatan untuk meningkatkan keterampilan pertolongan pertama pada lansia yang mengalami jatuh.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Christina, Y., Utantyo, N. R., Rahman, F. A., Batam, K. U., Batam, K. U., Kedokteran, F., Batam, U., Kedokteran, Z., & No, V. O. L. (2025). Hubungan Mobilitas Fisik Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Mt Husnul Khotimah Tahun 2024. *Jurnal Zona Kebidanan*, 15(2).
- Gusma, E. O., Adityasiwi, G. L., Kristina, H., & Khenda, N. A. (2023). Edukasi Tindakan Darurat: Pendampingan Lansia Untuk Penanganan Kejadian Jatuh. *Jurnal Jamas*, 3(2).
- Habibah, A., & Fauziah, N. N. (2025). Klasifikasi Jenis-Jenis Media Dan Sumber Belajar Untuk Jenjang Mi / Sd. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2).
- Legawati, S., Rezeki, R. S., Pane, E. I., Julita, S., & Mangunsong, M. A. (2026). Pendidikan Kesehatan Pendampingan Lansia Untuk Penanganan Kejadian Jatuh. *Jurnal Pengabdian Keperawatan Dan Kesehatan Holistik*, 2(1).
- Maulina, N., Sawitri, H., Sri, M., Najwa, R., & Syifa, S. (2023). Sosialisasi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Di Rumah Guna Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Desa Uteunkot. *Jurnal Malikussaleh Mengabdingabdi*, 2(1).
- Montano, D. E., & Kasprzyk, D. (2008). *Theory Of Reasone Action*. In *In Health Behavior*. Jossey Bass.
- Prabowo, E., & Agustiyawan. (2025). Pelatihan Penanganan Cidera Pada Orang Lanjut Usia (Lansia) Bagi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(10).
- Prabowo, E., & Condrowati. (2022). Pelatihan Bagi Masyarakat Mengenai “Pertolongan Pertama Pada Cedera Orang Lanjut Usia” Di Kelurahan Limo Depok Jawa Barat. *Jurnal Kreativitas*, 5(5).
- Sintya, C. M., Husin, A., & Nengsih, Y. K. (2023). Pendidikan Pola Hidup Sehat Pada Lansia Menggunakan Media Video Di Panti Sosial Harapan Kita. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (Mude)*, 2(2). <https://doi.org/10.37676/Mude.V2i2.3882>
- Sparovec, E. D., Slabe, D., Eržen, I., & Kovačič, U. (2022). The Importance Of Elderly People Knowing Basic First - Aid Measures. *Bmc Emergency Medicine*, 22(128). <https://doi.org/10.1186/S12873-022-00675-9>
- Suyuti, M., Movitaria, M. A., Ruslan, Z. A., Naufal, M. A., Rahmi, S., Ainun, N. A., Zubair, S., & Amin, R. M. (2025). *Metode Penelitian Pendidikan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.