

Panduan Fasilitator

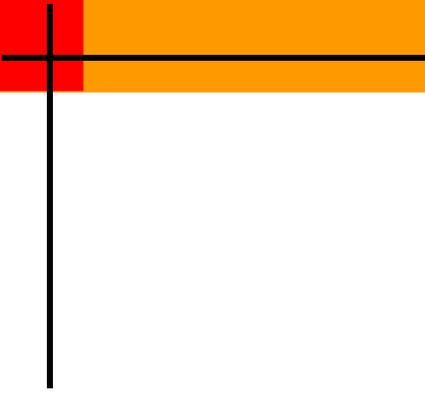
Palang Merah Remaja



Materi :

- Pertolongan Pertama**
- Donor Darah**
- Kebersihan dan Kesehatan**
- Kesehatan Remaja**







Palang Merah Indonesia

Panduan Fasilitator

Palang Merah Remaja

Materi :

- Pertolongan Pertama
- Donor Darah
- Kebersihan dan Kesehatan
- Kesehatan Remaja

2008

Judul buku :

**Panduan Fasilitator Pertolongan Pertama, Donor Darah
Sukarela, Remaja Sehat Peduli Sesama, Kesehatan Remaja
Untuk Palang Merah Remaja**

Edisi I. Jakarta : 2008 | ISBN : 979-979-3575-47-6

Edisi Pertama : Juni 2008

Hak Cipta © Palang Merah Indonesia Pusat

Pengarah :

dr. Hj. Ulla Nuchrawaty Usman, MM

Ketua Bidang Penguatan Sumber Daya PMR dan Relawan

Penyusun :

Juliati Susilo (Markas Pusat PMI)

Asep Mulyadi (Markas Pusat PMI)

Rina Utami (Markas Pusat PMI)

Kontributor Pertolongan Pertama

Allan Darwis, dr (TSR MP PMI)

Akbar Wilendra (PMI Pusat)

David Sidabutar, dr (TSRMP PMI)

Dedy Setiawan (PMI Daerah Kalimantan Timur)

Fajar Bakri (PMI Daerah Sulawesi Selatan)

N. A Budiratsongko (PMI Daerah Bali)

Rano Sumarno (PMI DKI Jakarta)

Seto Eko Purwanto (TSR MP PMI)

Surya Chandra Nasution (PMI Daerah NAD)

Kontributor Kebersihan dan Kesehatan

Aini Mariyam, Hj (RS PMI Bogor)

Asnawati (PMI Daerah NAD)

Budi Purwanto (PMI Daerah Jawa Tengah)

Fajar Bakri (PMI Daerah Sulawesi Selatan)

Nunung Nurul CH, Hj (RS PMI Bogor)

Satrio Sabariman (PMI Daerah Bali)

Kontributor Donor Darah :

Dheni Prasetyo (Markas Pusat PMI)

Doddy Alfitri (Markas Pusat PMI)

Anggun Gunadi (PMI DIY)

Anita (PMI Daerah Jateng)

Rahmad (PMI Daerah NAD)

Rudi Surya S. (PMI Daerah NAD)

Sis Agus Santo (PMI Daerah Jateng)

Uus M. Husni (PMI Daerah Jawa Barat)

Kontributor Kesehatan Remaja:

Exkuwin suharyanto

Rafiq anshori

Desain & Layout :

Taufan Kristanto (PMI Daerah Bali)

I Dwi A (KSR PMI Cab. Kab. Bogor)

Editor :

dr. Allan Darwis (TSR MP PMI)

Efi Riana (PMI Daerah Jawa Tengah)

Rina Utami (Markas Pusat PMI)

Rafiq Anshori (Markas Pusat PMI)

Budi Purwanto (PMI Daerah Jawa Tengah)

Disusun atas dukungan :

Komite Palang Merah Internasional (ICRC)

Federasi Palang Merah dan Bulan Sabit Merah Internasional (IFRC)

Palang Merah Denmark

Palang Merah Jepang

Palang Merah Jerman



ICRC



IFRC



日本赤十字社
JAPANESE RED CROSS SOCIETY



Dansk Røde Kors
Danish Red Cross
Palang Merah Denmark



Deutsches
Rotes
Kreuz

KATA PENGANTAR

Palang merah Remaja (PMR) adalah wadah pembinaan dan pengembangan anggota Remaja PMI, PMR terdapat di seluruh PMI Cabang (kabupaten/kota) di Indonesia. Anggota PMR merupakan salah satu kekuatan PMI dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan kemanusiaan dibidang kesehatan dan siaga bencana, mempromosikan 7 (tujuh) prinsip Palang Merah/Bulan sabit Merah Internasional, serta mengembangkan kapasitas organisasi PMI.



Didalam standarisasi pelatihan untuk PMR terdapat 7 (tujuh) materi yang harus dikuasai oleh anggota PMR, antara lain : Gerakan kepalangmerahan, Kepemimpinan, Pertolongan Pertama, Sanitasi dan kesehatan, Kesehatan Remaja, kesiapsiagaan Bencana, Donor Darah. Setiap materi dan kegiatan saling terkait, ketika belajar siaga bencana maka akan belajar juga tentang pertolongan pertama pada luka atau sakit akibat banjir, sanitasi dan air bersih, belajar menerapkan 7 (tujuh) prinsip dan kepemimpinan jika memberi pertolongan, dst.

Mengingat pembinaan PMR akan fokus pada **Pembangunan Karakter** maka metode pelatihan dan peran dari fasilitator untuk membantu memahami dan menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah dipelajari menjadi sangat penting.

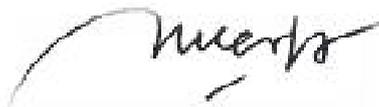
Buku ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi para fasilitator PMR dalam **meningkatkan kemampuan dan mewujudkan cita-cita dan semangat pengabdian para anggota PMR.**

Semoga kualitas dan kuantitas PMR diseluruh Indonesia akan semakin meningkat sehingga memberi manfaat yang optimal bagi PMI dalam menjalankan mandatnya.

Terima Kasih yang tak terhingga kepada seluruh PMI Daerah dan PMI Cabang, dalam hal ini Pengurus, Staf dan Relawan termasuk staf Markas Pusat yang telah memberikan kontribusi dan komitmennya dalam Pembinaan dan Pengembangan PMR.

Jakarta, Juni 2008

Pengurus Pusat
PALANG MERAH INDONESIA
Ketua Bidang Penguatan Sumber Daya PMR dan Relawan



Dr. Hj. Ulla Nuchrawaty Usman, MM

Daftar Isi

| | |
|---|----|
| Kata Pengantar..... | i |
| Daftar Isi..... | ii |
| Panduan Fasilitator untuk Pembelajaran Relawan..... | iv |

Materi : Pertolongan Pertama

PMR Mula

| | |
|--------------------------|---|
| Analisa Kompetensi..... | 3 |
| Analisa Tujuan..... | 3 |
| Kurikulum Materi..... | 4 |
| Panduan Fasilitator..... | 6 |

PMR Madya

| | |
|--------------------------|----|
| Analisa Kompetensi..... | 23 |
| Analisa Tujuan..... | 23 |
| Kurikulum Materi..... | 25 |
| Panduan Fasilitator..... | 28 |

PMR Wira

| | |
|--------------------------|----|
| Analisa Kompetensi..... | 61 |
| Analisa Tujuan..... | 61 |
| Kurikulum Materi..... | 64 |
| Panduan Fasilitator..... | 68 |

Materi : Donor Darah

PMR Mula

| | |
|--------------------------|-----|
| Analisa Kompetensi..... | 107 |
| Analisa Tujuan..... | 107 |
| Kurikulum Materi..... | 108 |
| Panduan Fasilitator..... | 109 |

PMR Madya

| | |
|--------------------------|-----|
| Analisa Kompetensi..... | 125 |
| Analisa Tujuan..... | 125 |
| Kurikulum Materi..... | 126 |
| Panduan Fasilitator..... | 127 |

PMR Wira

| | |
|--------------------------|-----|
| Analisa Kompetensi..... | 141 |
| Analisa Tujuan..... | 141 |
| Kurikulum Materi..... | 142 |
| Panduan Fasilitator..... | 143 |

Materi : Kebersihan dan Kesehatan

PMR Mula

| | |
|--------------------------|-----|
| Analisa Kompetensi..... | 159 |
| Analisa Tujuan..... | 159 |
| Kurikulum Materi..... | 160 |
| Panduan Fasilitator..... | 161 |

| | |
|---------------------------|-----|
| PMR Madya | |
| Analisa Kompetensi | 183 |
| Analisa Tujuan | 183 |
| Kurikulum Materi | 184 |
| Panduan Fasilitator | 185 |

| | |
|---------------------------|-----|
| PMRWira | |
| Analisa Kompetensi | 209 |
| Analisa Tujuan | 209 |
| Kurikulum Materi | 210 |
| Panduan Fasilitator | 212 |

Materi : Kesehatan Remaja

| | |
|---------------------------|-----|
| PMR Mula | |
| Analisa Kompetensi | 239 |
| Analisa Tujuan | 239 |
| Kurikulum Materi | 240 |
| Panduan Fasilitator | 241 |

| | |
|---------------------------|-----|
| PMR Madya | |
| Analisa Kompetensi | 259 |
| Analisa Tujuan | 259 |
| Kurikulum Materi | 261 |
| Panduan Fasilitator | 263 |

| | |
|---------------------------|-----|
| PMRWira | |
| Analisa Kompetensi | 281 |
| Analisa Tujuan | 281 |
| Kurikulum Materi | 283 |
| Panduan Fasilitator | 285 |

| | |
|--------------------|-----|
| Bahan Bacaan | 310 |
|--------------------|-----|



PANDUAN FASILITATOR UNTUK PEMBELAJARAN PMI

Pelatihan PMI

- Anggota PMI Mula, Madya, dan Wira mempunyai peran yang berbeda-beda dalam melaksanakan pelayanan kepalangmerahan yang disebut Tri Bakti PMI:
 - ☺ PMI Mula berfungsi sebagai peer leadership, yaitu dapat menjadi contoh/model ketrampilan hidup sehat bagi teman sebaya.
 - ☺ PMIMadya berfungsi sebagai peer support, yaitu memberikan dukungan, bantuan, semangat kepada teman sebaya agar meningkatkan ketrampilan hidup sehat.
 - ☺ PMI Wira berfungsi sebagai peer educator, yaitu pendidik sebaya ketrampilan hidup sehat.

| Materi | JudulBuku | Cakupan materi | Durasi 1 jam pelajaran = 45 menit | | |
|---------------------|---|--|-----------------------------------|-------|------|
| | | | Mula | Madya | Wira |
| Gerakan | Mengenal Gerakan Palang Merah dan Bulan Sabit Merah | Sejarah, lambang, kegiatan kepalangmerahan, penyebaran 7 prinsip | 10 | 14 | 16 |
| Kepemimpinan | PMI, Relawan Masa Depan | Bekerja sama, berkomunikasi, bersahabat, menjadi pendidik sebaya, memberikan dukungan, menjadi contoh perilaku hidup sehat | 12 | 14 | 16 |
| Pertolongan Pertama | Pertolongan Pertama | Menghubungi dokter /rumah sakit, melakukan pertolongan pertama di sekolah dan rumah, menolong diri sendiri | 12 | 34 | 48 |

| | | | | | |
|------------------------|--|---|-----------|------------|------------|
| Sanitasi dan Kesehatan | Remaja Sehat Peduli Sesama | Merawat keluarga yang sakit dirumah, perilaku hidup sehat, kebersihan diri dan lingkungan | 8 | 14 | 16 |
| Kesehatan Remaja | Kesehatan dan Kesejahteraan Remaja untuk Pendidik Sebaya | Kesehatan reproduksi, Napza, HIV/AIDS | 10 | 16 | 20 |
| Kesiapsiagaan Bencana | Ayo Siaga Bencana | Jenis bencana, cara-cara pencegahan, mempersiapkan diri, teman, dan keluarga menghadapi bencana | 8 | 10 | 12 |
| Donor Darah | Siapkan Dirimu menjadi Donor Darah Sukarela | Kampanye donor darah, merekrut donor darah remaja, mempersiapkan diri menjadi pedonor, mengadakan kegiatan donor darah pada saat wabah demam berdarah atau setelah kejadian bencana | 5 | 6 | 10 |
| TOTAL | | | 65 | 108 | 138 |

- Agar dapat melaksanakan Tri Bakti PMR, anggota PMR harus menguasai 7 materi:
- Bahwa setiap individu (termasuk anggota PMR yang tergolong dalam usia anak dan remaja) adalah unik. Mereka mempunyai kepribadian, potensi, temperamen, reaksi, kecerdasan, tingkat perkembangan, dan kebutuhan yang berbeda-beda.
- Meskipun setiap anak unik, secara umum mereka mengikuti jalur perkembangan yang sama:

☺ Usia 8 - 11 tahun

- ☞ Anak sudah mulai tertarik belajar mengenai industri. Mereka ingin menjadi sukses dan menyelesaikan pekerjaan bersama orang lain.
- ☞ Mereka secara aktif terlibat mempelajari kemampuan-kemampuan dalam kehidupan, khususnya pekerjaan sekolah.
- ☞ Apabila seorang anak tidak dapat menyelesaikan tugasnya, maka mereka merasa lebih rendah (inferior) dan meragukan kemampuan mereka untuk mencapai kesuksesan dalam hidup ini

☺ Usia 12 - 18 tahun

- ☞ Anak (remaja awal) mulai mencari identitas dirinya, meniru perilaku orang-orang yang ia kagumi.
- ☞ Aktivitas remaja lebih banyak dengan teman sebaya (peer group), sehingga perilakunya sangat dipengaruhi oleh kebanggaan peer groupnya.
- ☞ Kehidupan emosi remaja bertambah kaya, sehingga berkembang perasaan cinta, romantis, atau cemburu. Hubungan dengan lawan jenis bertambah matang.
- ☞ Perilaku maskulin atau perilaku feminim bertambah matang.

- Dalam proses penguasaan 7 materi tersebut, setiap anak dan remaja menunjukkan dan menggunakan kecerdasan mereka dalam berbagai cara, dan penting sekali bagi mereka untuk dapat memanfaatkan seluruh kecerdasan dan potensi dengan sebaik-baiknya (Multiple Intelligences¹) untuk pengembangan karakter dan kualitas kegiatan kepalangmerahan (Tri Bakti PMR).

| Kecerdasan | Anak dan remaja yang sering melakukan kegiatan ini sering memperlihatkan kecerdasan terkuatnya | Untuk membantu mereka mengembangkan kecerdasan tertentu, pelatih dan fasilitator bisa |
|----------------|--|--|
| Bahasa | Menulis (cerita, esai, artikel, skenario drama), berbicara, bercerita, membaca, bahasa asing, permainan kata-kata | Melibatkan mereka dalam debat, presentasi lisan, menunjukkan bagaimana puisi atau drama dapat menyampaikan emosi dan ide |
| Logika | Senang menghitung, bekerja dengan angka, konsep matematika, menemukan pola, teka-teki, komputer, melakukan penelitian ilmu pengetahuan, menciptakan kode-kode, menganalisa | Meminta mereka mendemonstrasikan dengan benda-benda nyata, tabel, grafik. Melibatkan mereka dalam pengamatan atau penelitian ilmu pengetahuan |
| Musikal | Mendengarkan dan bermain musik. Menyenangi kegiatan menyanyi, memainkan alat musik | Mengubah lirik lagu untuk memahami konsep, mendorong mereka untuk menambahkan musik dalam drama |
| Memahami tubuh | Bermain peran, menari, memperbaiki barang-barang, meniru gerak, membuat kerajinan tangan | Menyediakan kegiatan untuk tangan dan bergerak (membuat kerajinan tangan, memperbaiki benda-benda, menjahit), menawarkan kesempatan berakting, membuat model dan kegiatan yang memerlukan keterampilan motorik |

¹ Multiple Intelligences atau kecerdasan majemuk ditemukan oleh Dr. Howard Gardner, Professor Pendidikan dari Harvard University

| | | |
|---------------------------------------|--|--|
| Menggunakan gambar | Mencoret-coret, melukis, fotografi, menggambar, menciptakan tiga dimensi, membogkar dan menyusun kembali barang-barang, senang melihat dunia dan segala | Meminta mereka memimpin kegiatan visualisasi, mengajarkan pemetaan pikiran, menyediakan kesempatan untuk memperlihatkan pemahaman melalui gambar, meminta mereka merancang alat peraga tiga dimensi, menggambar kan peristiwa |
| Memahami sesama (interpersonal) | Senang berteman banyak, membantu teman memecahkan masalah, menjadi anggota tim, berinteraksi, membuat kesepakatan | Menggunakan pembelajaran kerja sama, menugaskan kerja kelompok, memberi kesempatan mereka untuk mengajar teman sebaya, berdiskusi, menciptakan situasi yang membuat mereka saling mengamati dan memberikan masukan |
| Memahami diri sendiri (intrapersonal) | Merenung, mengendalikan perasaan, menyusun agenda, belajar dengan mengamati dan mendengarkan, membuat jurnal, menetapkan rencana-rencana | Menciptakan sudut terang atau membolehkan mereka belajar sendiri, membantu mereka menyusun dan memonitor target pribadi, menyediakan kesempatan untuk memberi dan menerima masukan, melibatkan dalam menulis jurnal |
| Memahami alam | Jeli mengamati, mengidentifikasi, mengklasifikasi tanaman, hewan, batu-batuan. Senang kegiatan luar ruangan, tertarik kegiatan berkebun, memelihara hewan, memasak, atau terlibat dalam upaya-upaya ekologis | Menggunakan alam terbuka sebagai kelas, memberi tanggung jawab dalam proses pemeliharaan tanaman dan binatang, mengadakan pengamatan dan percobaan tentang alam (iklim, flora, fauna, dll), terlibat dalam upaya konservasi alam |

INGAT INGAT INGAT

- Semua kecerdasan itu berbeda-beda tapi sederajat. Tidak ada yang lebih baik atau lebih penting daripada yang lain
- Kemampuan apapun yang kita punyai, dapat dikembangkan
- Kita mungkin tahu dalam bidang apa kita paling pandai, tapi bukan berarti kita terbatas hanya pada satu jenis kecerdasan. Kecerdasan tertentu yang telah kita miliki jangan menghalangi kita untuk mengembangkan kecerdasan lainnya
- Setiap kecerdasan saling mendukung. Seseorang yang cerdas dalam menggambar, dapat menggunakan kecerdasan memahami tubuh untuk menggambar anatomi atau menguasai teknik melukis, dapat pula menggunakan kecerdasan memahami alam untuk mengembangkan kejelian mengamati detail.

- Agar anggota PMR dapat memanfaatkan dan mengembangkan seluruh kecerdasan dan potensi dalam penguasaan materi, pelatih dan fasilitator menggunakan berbagai metode dan media yang memberikan kesempatan mereka untuk terlibat dalam proses².

Fun learning (belajar yang menyenangkan)

Proses belajar dan kegiatan menjadi aktivitas kehidupan nyata yang dihayati dengan penuh kegembiraan. Itu membantu anggota PMR menikmati kegiatan dan membangun imaji tentang apa dan bagaimana seharusnya menjadi seorang anggota PMR

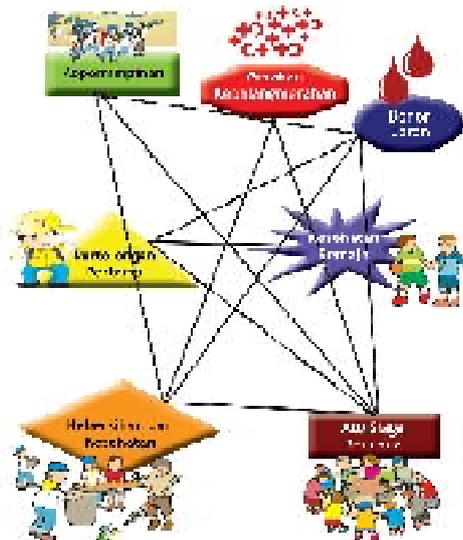


Learning by doing (belajar sambil mengalami)

Untuk menjadi lebih paham dan mengerti, anggota PMR hanya perlu difasilitasi dalam mempelajari sesuatu. Biarkan mereka mengamati, mengalami, merasakan, dan memahami berbagai macam perbedaan. Biarkan mereka yang merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi hasil kerja mereka.

Spider web (jaring laba-laba)

Setiap materi dan kegiatan saling terkait. Ketika belajar siaga banjir, maka akan belajar juga tentang Perolongan Perutama pada luka atau sakit akibat banjir (diare, demam, akibat terbentur benda keras, luka lecet), sanitasi dan air bersih, belajar bagaimana menerapkan 7 Prinsip dan kepemimpinan jika memberikan perolongan, cara-cara menyelenggarakan aksi donor darah untuk korban banjir, belajar kandungan gizi yang tepat jika akan menyumbang bahan makanan, bagaimana menyelenggarakan acara-acara untuk menghibur remaja dan anak korban bencana.



² Lihat Buku Syarat Kecakapan PMR

| Tri Bakti | Karakter | Pelatihan yang dibutuhkan |
|--|--|---|
| Meningkatkan ketrampilan hidup sehat | Bersih, sehat | Sanitasi dan Kesehatan, Perolongan Pertama, Kesehatan Remaja, Kesiapsiagaan Bencana, Donor Darah |
| Berkarya dan berbakti di masyarakat | Kepemimpinan, peduli, kreatif, kerjasama | Kepemimpinan, Gerakan Kepalangmerahan, Sanitasi dan Kesehatan, Perolongan Pertama, Kesehatan Remaja, Kesiapsiagaan Bencana, Donor Darah |
| Mempererat persahabatan nasional dan internasional | Bersahabat, ceria | Kepemimpinan, Gerakan Kepalangmerahan |

Pelatih dan Fasilitator

Dalam pembelajaran PMR yang tidak hanya menitikberatkan pada pengetahuan dan ketrampilan, tetapi juga pemahaman dan penerapan, maka diperlukan pelatih dan fasilitator.

Pelatih berperan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan. Fasilitator berperan meningkatkan pemahaman, bagaimana anggota PMR menerapkan apa yang telah mereka pelajari dalam kegiatan kepalangmerahan (Tri Bakti PMR), meningkatkan keterlibatan anggota PMR dalam proses pengambilan keputusan perilaku hidup sehat, dan memberikan peluang mereka untuk berperan dalam peningkatan kapasitas lingkungannya.

Fasilitator dapat menjadi pelatih PMI jika mengikuti aturan Standarisasi Pelatihan PMI³. Seorang pelatih juga dapat menjadi fasilitator dalam pembelajaran maupun proses pembinaan dan pengembangan PMR. Kelompok-kelompok PMR dapat menghubungi PMI Cabang masing-masing untuk permintaan tenaga pelatih maupun fasilitator.



Namun jika cabang tersebut belum mempunyai pelatih, maka PMI Cabang dapat menghubungi PMI Cabang terdekat atau PMI Cabang bersama dengan kelompok PMR membangun jejaring dan kerja sama dengan instansi atau organisasi terkait dalam hal pelatih, nara sumber, maupun permintaan referensi. Misalnya pada saat membahas HIV/AIDS, jika PMI Cabang belum mempunyai pelatih bidang tersebut, maka dapat bekerja sama dengan PKBI, puskesmas, maupun lembaga terkait, sedangkan fasilitator tetap berasal dari PMI.

³ Lihat Buku Standar isi Pelatihan PMI

Mengapa dalam pembelajaran PMR memerlukan fasilitator?

- Memfasilitasi anggota PMR meningkatkan kualitas positif sehingga dapat berperan dalam kegiatan kepalangmerahan
- Dalam konteks pembelajaran dan pelaksanaan Tri Bakti PMR⁴, fasilitator akan memfasilitasi anggota PMR agar mampu memahami dan menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah mereka pelajari, serta mengembangkan potensi diri dalam banyak hal dengan cara yang tepat.



Syarat menjadi fasilitator?

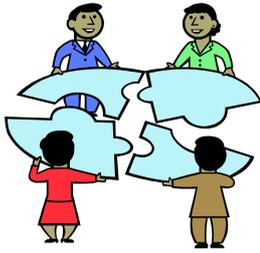
Syarat menjadi fasilitator

- Anggota KSR atau TSR PMI (misal: Pembina PMR) yang berminat dalam pembinaan dan pengembangan remaja serta pelatihan
- Memahami manajemen PMR
- Mengikuti pelatihan fasilitator untuk pelatihan PMR

Bagaimana memfasilitasi proses pembelajaran untuk PMR

- Pahami karakter anak dan remaja, manajemen PMR, dan proses pelatihan PMR
- Pelajari proses setiap sub topik yang terdapat pada buku Panduan Fasilitator untuk Pelatihan PMR
- Pada pertemuan pertama, buatlah permainan tentang perkenalan dan permainan-permainan lainnya yang membuat peserta merasa nyaman dan tertarik untuk belajar
- Setiap akan memulai membahas suatu sub pokok bahasan, jelaskan kepada peserta tujuan pembelajaran, dan ulangi secara singkat materi-materi sebelumnya yang terkait dengan sub pokok bahasan tersebut
- Jika peserta merasa jenuh dengan suasana, selingi dengan permainan-permainan yang bersifat penyemangat dan gembira
- Setiap pokok bahasan terdiri dari berbagai alternatif proses pembelajaran, sehingga fasilitator dapat memilih salah satu proses
- Proses pembelajaran dan metode suatu sub pokok bahasan dapat diterapkan untuk sub pokok bahasan lainnya
- Jika fasilitator telah menerapkan seluruh isi panduan ini, fasilitator dapat memakai metode lainnya sesuai dengan referensi dan kreatifitas yang dimiliki

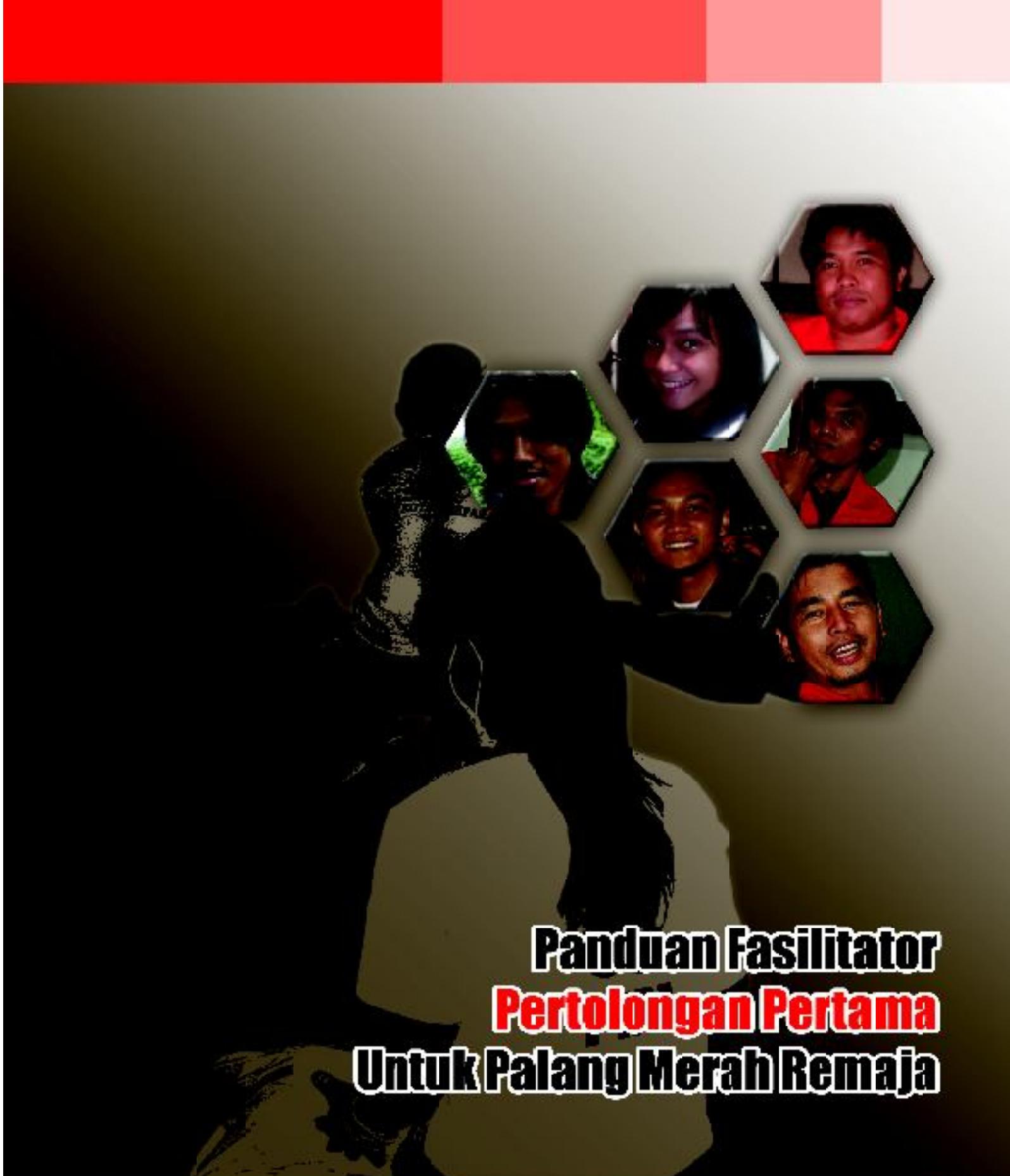
⁴ Lihat Buku Youth Centre dan Buku Saku Pembina PMR



- Ciptakan kreativitas untuk pengembangan pengetahuan, ketrampilan, dan sikap peserta.
- Fasilitator agar mencari referensi terkait untuk pengayaan informasi maupun metode pembelajaran
- Fasilitator tidak mendominasi pelatihan, tetapi bersifat memfasilitasi proses belajar peserta. Dengan demikian peserta akan memahami suatu hal dengan mengalami, melihat, dan merasakan
- Selama pemberian materi, fasilitator boleh dan wajib menggunakan bahasa-bahasa yang mudah dipahami peserta

Selamat memfasilitasi!

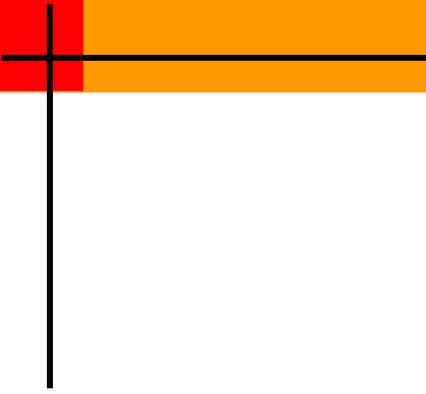




**Panduan Fasilitator
Pertolongan Pertama
Untuk Palang Merah Remaja**



Palang Merah Indonesia

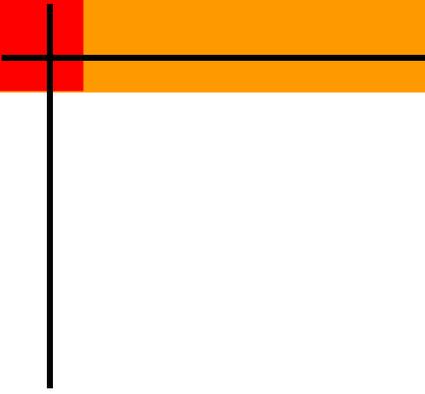




Palang Merah Indonesia

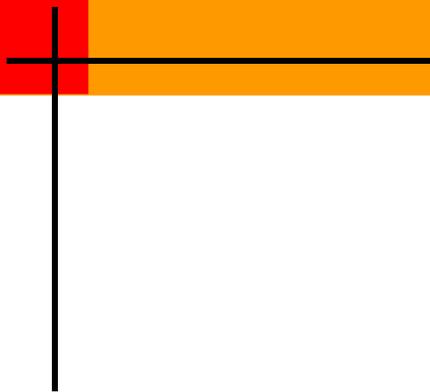
**Panduan Fasilitator
Pertolongan Pertama
Untuk PMR**

2008



Panduan Fasilitator PERTOLONGAN PERTAMA Untuk PMR Mula





ANALISA KOMPETENSI PERTOLONGAN PERTAMA PMR MULA

| Kompetensi Umum | Kompetensi Khusus | Kompetensi pendukung |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pengetahuan tentang Gerakan Memiliki pengetahuan tentang Prinsip Dasar Gerakan Memiliki pengetahuan tentang ketentuan Lambang Memiliki pengetahuan tentang organisasi PMI dan kegiatannya Dapat menjadi "peer leadership" (contoh bagi teman sebaya) | <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pengetahuan dasar Perolongan Pertama Memiliki pengetahuan dasar tentang anatomi dan faal dasar Memiliki pengetahuan dasar tentang luka Memiliki pengetahuan dasar tentang patah tulang Memiliki pengetahuan tentang peran PMR Mula dalam pelayanan Perolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pengetahuan tentang gejala dan tanda luka bakar |

ANALISA TUJUAN BELAJAR PERTOLONGAN PERTAMA PMR MULA

| No. | Tujuan Belajar | Indikator | Materi |
|-----|---|--|---|
| 1. | Mengetahui arti dan tujuan perolongan Pertama serta cara mengamankannya | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menyebutkan arti Perolongan Pertama Dapat menyebutkan tujuan Perolongan Pertama Dapat menyebutkan contoh peralatan dasar pelaku Perolongan Pertama Dapat menyebutkan kewajiban penolong pertama | <ul style="list-style-type: none"> Pengertian Perolongan Pertama Peralatan dasar Perolongan Pertama Kewajiban penolong pertama |
| 2. | Mengetahui dasar tubuh manusia | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menyebutkan bagian tubuh manusia Dapat menyebutkan anggota gerak manusia | <ul style="list-style-type: none"> Anatomi dan faal dasar |
| 3. | Mengetahui pengertian luka | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menyebutkan pengertian luka dan klasifikasinya Dapat menyebutkan fungsi penutup dan pembalut luka | Luka |
| 4. | Mengetahui pengertian patah tulang | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menyebutkan pengertian patah tulang dan pembagiannya Dapat menyebutkan gejala dan tanda patah tulang | Patah Tulang |
| 5. | Mengetahui peran PMR Mula dalam pelayanan Perolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> Dapat melaksanakan peran PMR Mula dalam pelayanan Perolongan Pertama | Peran PMR Mula dalam Perolongan Pertama |

KURIKULUM PERTOLONGAN PERTAMA PMR MULA

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|---------------------------------------|---|--|---------------|--|---|--------------------------------|
| Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> • Pengertian Pertolongan Pertama • Tujuan Pertolongan Pertama • Peralatan dasar Pertolongan Pertama • Kewajiban penolong pertama | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menyebutkan arti Pertolongan Pertama • Peserta dapat menyebutkan tujuan Pertolongan Pertama • Peserta dapat menyebutkan peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama • Peserta dapat menyebutkan kewajiban penolong pertama | 2 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi • Pengamatan langsung | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Pengetahuan dasar tubuh manusia | Pengetahuan dasar tubuh manusia | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menyebutkan bagian tubuh manusia • Peserta dapat menyebutkan anggota gerak manusia | 2 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga • Alat mewarnai | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Pengetahuan dasar luka | Pengetahuan dasar luka | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menyebutkan pengertian luka dan klasifikasinya • Peserta dapat menyebutkan fungsi penutup dan pembalut luka | 3 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |

| Fokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|--|--|---|---------------|--|--|--------------------------------|
| Pengetahuan dasar patah tulang | Pengetahuan dasar patah tulang | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menyebutkan pengertian patah tulang dan bagiannya • Peserta dapat menyebutkan gejala dan tanda patah tulang | 1 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Peran PMR Mula dalam pelayanan Pertolongan Pertama | Peran PMR Mula dalam pelayanan Pertolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga • Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan sehat (dari kecelakaan/penyakit) • Peserta dapat menjadi contoh bagi teman sebaya | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi • Penugasan | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| 12 x 45' | | | | | | |

Tempel Gambar

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat menyebutkan tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat menyebutkan peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat menyebutkan kewajiban penolong pertama

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Bercerita, tanya jawab, menempel gambar

G. Media

Gambar tentang Alat Perlindungan Diri (APD) dan peralatan Pertolongan Pertama, flipchart, alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta apakah pernah memberikan pertolongan pada anggota keluarga yang sakit
- b. Mintalah 2 - 3 orang peserta menceritakan pengalaman mereka, dan tanyakan hal-hal berikut:
 - Mengapa Pertolongan Pertama perlu diberikan
 - Pertolongan apa yang dapat kita berikan
 - Apa yang harus kita lakukan sebelum memberikan pertolongan
- c. Berdasarkan pengalaman tersebut, fasilitator bersama dengan peserta membuat dan menyepakati pengertian dan tujuan Pertolongan Pertama, serta kewajiban penolong pertama. Tulis pada kertas flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan gambar-gambar tentang peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama, setiap peserta mendapatkan 1 gambar
- b. Mintalah peserta menempelkan gambar masing-masing pada kolom Alat Perlindungan Diri (APD) atau Peralatan Pertolongan Pertama di papan tulis

I. Penugasan

Setiap peserta mencari atau membuat 1 jenis peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama untuk persediaan ruang PMR di sekolah



Penolong dan Korban

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pok ok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat menyebutkan tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat menyebutkan peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat menyebutkan kewajiban penolong pertama

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Bercerita, tanya jawab, bermain peran

G. Media

Flipchart, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menanyakan kepada peserta siapa yang pernah sakit atau mengalami kecelakaan, dan apakah pernah memberikan pertolongan pada anggota keluarga yang sakit

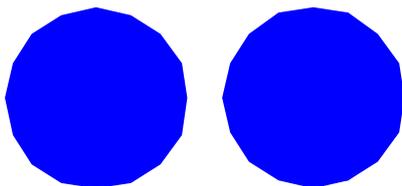
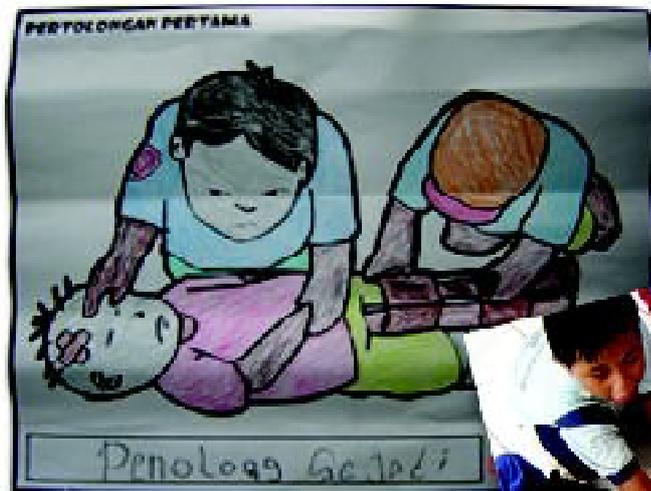
2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator meminta peserta berpasangan, sebagai penolong dan korban kecelakaan (misal: jatuh saat berlari, terbentur, terkena benda panas)
- b. Peserta yang menjadi korban berakting sedang kesakitan, sedangkan penolong memberikan pertolongan
- c. Setelah selesai, mintalah beberapa kelompok untuk menceritakan pengalamannya dengan menanyakan hal-hal berikut:
 - Mengapa pertolongan perlu diberikan
 - Pertolongan apa yang dapat kita berikan
 - Apa yang harus kita lakukan sebelum memberikan pertolongan
 - Perlengkapan apa yang kita butuhkan

- d. Berdasarkan pengalaman tersebut, fasilitator bersama dengan peserta membuat dan menyepakati pengertian dan tujuan Pertolongan Pertama, kewajiban penolong pertama, serta perlengkapan dasar penolong

I. Penugasan

- a. Setiap peserta mewarnai dan memberi judul gambar tentang pelayanan Pertolongan Pertama
- b. Tempelkan diruang keluarga atau kirimkan ke majalah dinding sekolah maupun majalah PMI



Tebak Nama

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat menyebutkan tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat menyebutkan peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat menyebutkan kewajiban penolong pertama

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Bercerita, tanya jawab, tebak nama

G. Media

Perlengkapan (asli/miniature/tiruan) Alat Perlindungan Diri (APD) dan peralatan Pertolongan Pertama, flipchart, alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta apakah pernah memberikan pertolongan pada anggota keluarga yang sakit
- b. Mintalah 2 - 3 orang peserta menceritakan pengalaman mereka, dan tanyakan hal-hal berikut:
 - Pertolongan apa yang dapat kita berikan
 - Mengapa Pertolongan Pertama perlu diberikan
 - Apa yang harus kita lakukan sebelum memberikan pertolongan
- c. Berdasarkan pengalaman tersebut, fasilitator bersama dengan peserta membuat dan menyepakati pengertian dan tujuan Pertolongan Pertama, serta kewajiban penolong pertama. Tulis pada kertas flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator meletakkan perlengkapan dasar pelaku Pertolongan Pertama di 4 tempat secara acak, dan tutuplah dengan kain
- b. Berilah aba-aba (misal dengan peluit) agar peserta mendatangi tempat 1 untuk menuliskan jenis peralatan yang ada

- c. Berilah aba-aba bahwa waktu telah habis dan bersiap pindah ketempat nomor 2.
- d. Ulangi kegiatan ini sampai pada tempat nomor 4
- e. Setelah selesai, cocokkan jawaban peserta
- f. Berdasarkan jawaban tersebut, kelompokkan peralatan tersebut sesuai APD dan peralatan Pertolongan Pertama
- g. Berilah hadiah bagi jawaban yang paling benar

I. Penugasan

- a. Setiap peserta menggambar 1 jenis peralatan dasar pelaku Pertolongan Pertama
- b. Beri nama dan tempelkan gambar-gambar tersebut pada ruang PMR

Gerak dan lagu

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar tubuh manusia

B. Sub Pok ok Bahasan

Pengetahuan dasar tubuh manusia

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan bagian tubuh manusia
2. Peserta dapat menyebutkan anggota gerak manusia

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Bernyanyi, menari, tanya jawab

G. Media

Alat tulis, flipchart/papan tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator dan peserta bersama-sama menyanyi dan memper agakan lagu “kepala pundak lutu kaki”

Kepala pundak lutut kaki lutut kaki 2x

Daun telinga mata hidung dan pipi

Kepala pundak lutut kaki lutut kaki 2x

2. Kegiatan Belajar

- a. Berdasarkan lagu tersebut, fasilitator menanyakan pada peserta apa saja yang terdiri dari anggota gerak atas dan bawah
- b. Tanyakan juga pada peserta anggota tubuh gerak atas dan bawah yang belum disebutkan dalam lagu
- c. Tulis jawaban peserta pada flipchart

I. Penugasan

- a. Bagilah peserta menjadi 2 kelompok
- b. Kelompok 1 membuat daftar anggota gerak atas, dan kelompok 2 tentang daftar anggota gerak bawah
- c. Hias dan tempelkan daftar tersebut diruang PMR

Mewarnai

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar tubuh manusia

B. Sub Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar tubuh manusia

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan bagian tubuh manusia
2. Peserta dapat menyebutkan anggota gerak manusia

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Mewarnai, tanya jawab

G. Media

Gambar tubuh manusia, alat gambar, alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menanyakan pada peserta bagian tubuh manusia terdiri dari apa saja

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan gambar tubuh manusia pada tiap peserta
- b. Masing-masing peserta memberi warna dan nama pada setiap anggota gerak atas dan bawah
- c. Bahas bersama hasil jawaban peserta

I. Penugasan

- a. Bagilah peserta menjadi 2 kelompok
- b. Tiap kelompok menggambar tubuh manusia seukuran poster
- c. Kelompok 1 memberi warna dan nama anggota gerak atas, sedangkan kelompok 2 untuk anggota gerak bawah
- d. Tempelkan gambar tersebut pada ruang PMR

Gambar berseri

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar luka

B. Sub Pok ok Bahasan

Pengetahuan dasar luka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan pengertian luka dan klasifikasinya
2. Peserta dapat menyebutkan fungsi penutup dan pembedahan luka

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Menggambar, bercerita

G. Media

Flipchart, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta:
 - Siapa yang pernah mengalami luka
 - Apa yang mereka lakukan terhadap luka tersebut
- b. Fasilitator mencatat semua jawaban pada papan flipchart/papan tulis

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok
- b. Tiap kelompok menggambar serangkaian gambar:
 - Gambar 1 tentang orang yang sedang terluka
 - Gambar 2 tentang alat-alat Pertolongan Pertama untuk luka
 - Gambar 3 tentang cara memberikan Pertolongan Pertama pada luka
- c. Setiap kelompok menceritakan gambar-gambar tersebut
- d. Fasilitator bersama dengan peserta menyimpulkan pengertian luka, jenis, dan fungsi penutup serta pembedahan luka
- e. Fasilitator menanyakan kepada peserta, mengapa seseorang bisa terluka (jawaban alternatif: terjatuh, saat bencana banjir terkena benturan benda keras, tertusuk paku, dll)

I. Penugasan

Setiap peserta mengumpulkan 1 jenis penutup dan pembedahan luka setiap 2 bulan untuk persediaan kotak Pertolongan Pertama di sekolah

Aduh... aku jatuh...

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar luka

B. Sub Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar luka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan pengertian luka dan klasifikasinya
2. Peserta dapat menyebutkan fungsi penutup dan pembalut luka

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Simulasi, tanya jawab

G. Media

Peralatan Pertolongan Pertama pada luka (kasa steril, plester, dll), alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta:
 - Siapa yang pernah mengalami luka
 - Apa yang mereka lakukan terhadap luka tersebut
- b. Fasilitator mencatat semua jawaban pada papan flipchart/papan tulis

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator meminta beberapa orang peserta untuk berperan:
 - 10 orang sebagai siswa yang sedang bermain sepak bola
 - Lainnya sebagai penonton olah raga dan pengamat, yang 5 orang diantaranya adalah anggota PMR
- b. Setiap siswa memainkan peran sbb:
Sekelompok siswa sedang bermain sepak bola. Tiba-tiba 4 orang saling bertubrukan dan terjatuh, sehingga mengalami luka di lutut, siku, pipi, bahkan ada yang mengalami benjol dikepala. Anggota PMR yang saat itu sedang melihat, memberikan Pertolongan Pertama pada siswa yang mengalami luka.
- c. Fasilitator dan peserta membahas pengertian luka, apakah pertolongan pertama yang diberikan telah tepat

I. Penugasan

Setiap peserta membuat 1 pembalut segitiga dari kain, yang akan digunakan sebagai alat praktek saat pelatihan

Ranting yang patah

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar patah tulang

B. Sub Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar patah tulang

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan pengertian patah tulang dan bagiannya
2. Peserta dapat menyebutkan gejala dan tanda patah tulang

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

1 x 45 menit

F. Metode

Simulasi, diskusi

G. Media

Flipchart/papan tulis, alat tulis, ranting, mitela

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menanyakan pada peserta apakah ada yang pernah mengalami patah tulang, atau melihat kasus patah tulang

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator mengajak peserta untuk mengenal ciri-ciri patah tulang dengan menggunakan alat peraga berupa:
 - satu ranting lurus yang dibungkus mitela/sapu tangan, kemudian dipatahkan
 - satu buah ranting yang sudah dipatahkan yang dibungkus mitela/sapu tangan dengan sedikit patahan menonjol dari pembungkusnya (untuk peragaan patah tulang terbuka)
- b. Peserta diminta mengamati apa yang telah terjadi pada ranting tersebut, yang diumpamakan sebagai tulang manusia
- c. Fasilitator menanyakan ciri-ciri apa yang muncul pada ranting-ranting tersebut
- d. Tulis seluruh jawaban pada flipchart/papan tulis, dan simpulkan bersama pengertian, gejala, dan tanda patah tulang

I. Penugasan

Setiap peserta mencari informasi tentang mengapa patah tulang bisa terjadi, dan bagaimana jika anggota PMR Mula menemukan kasus patah tulang

Apa gejalanya?

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar patah tulang

B. Sub Pokok Bahasan

Pengetahuan dasar patah tulang

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menyebutkan pengertian patah tulang dan pembagiannya
2. Peserta dapat menyebutkan gejala dan tanda patah tulang

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

1 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab

G. Media

Gambar patah tulang, alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menanyakan pada peserta apakah ada yang pernah mengalami patah tulang, atau melihat kasus patah tulang

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator menunjukkan kepada peserta gambar-gambar patah tulang
- b. Fasilitator menanyakan pengertian dan pembagian patah tulang
- c. Fasilitator menanyakan gejala dan tanda patah tulang
- d. Tulis jawaban pada flipchart, dan simpulkan

3. Penugasan

Peserta merangkum hasil diskusi pada buku kerja masing-masing

Kartu Kegiatan Pertolongan Pertama

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Mula dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pok ok Bahasan

Peran PMR Mula dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan sehat (dari kecelakaan/penyakit)
3. Peserta dapat menjadi contoh bagi teman sebaya

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab

G. Media

Kartu berbagai bentuk, alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan pada peserta apa saja yang telah dipelajari dalam Pertolongan Pertama
- b. Catat jawaban pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan kepada peserta masing-masing 2 kartu
- b. Fasilitator meminta kepada peserta untuk menuliskan jawaban pada kartu:
 - Kartu 1: Mengapa kita belajar Pertolongan Pertama
 - Kartu 2: Kegiatan Pertolongan Pertama apa saja yang dapat kita lakukan untuk diri sendiri dan keluarga. Jika peserta mengemukakan ide tentang kegiatan Pertolongan Pertama di sekolah, tempung ide tersebut
- c. Tempelkan kartu-kartu pada papan yang telah tersedia
- d. Bahas dan sepakati bersama

I. Penugasan

Buatlah jadwal pelaksanaan kegiatan yang telah disepakati pada kartu 2, dan laksanakan



Begins with me

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Mula dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pok ok Bahasan

Peran PMR Mula dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan sehat (dari kecelakaan/penyakit)
3. Peserta dapat menjadi contoh bagi teman sebaya

D. Sasaran

PMR Mula

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, presentasi

G. Media

Flipchart, alat tulis



H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan pada peserta apa saja yang telah dipelajari dalam Pertolongan Pertama
- b. Catat jawaban pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 2 kelompok
- b. Setiap kelompok membahas:
 - Apa saja kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama yang dapat dilakukan PMR Mula di rumah, mengapa, dan kapan akan dilaksanakan
- c. Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusi
- d. Fasilitator dan peserta menyepakati hasil diskusi

I. Penugasan

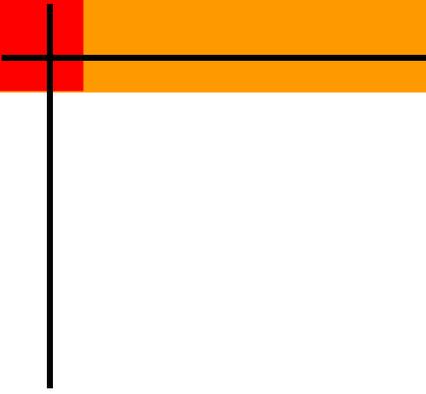
1. Setiap peserta menerapkan hasil kesepakatan diskusi untuk menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan sehat
2. Ceritakan kepada teman-teman kegiatan apa yang sedang dilaksanakan. Ajak mereka untuk turut serta

Dirumah (contoh)

| Kegiatan | Mengapa | Kapan |
|---|---|--|
| Membuat daftar telpon penting (RS, dokter keluarga, polisi, ambulans PMI, Unit tranfusi darah, Kantor PMI,...) | Agar cepat mencari pertolongan jika ada bahaya/kecelakaan/bencana | Setelah pulang latihan PMR, dan tempelkan di dekat meja telpon |
| Mengingatkan ibu agar memeriksa tanggal kadaluwarsa obat | | Setiap saat |
| Merawat luka adik | Untuk mencegah infeksi | |
| (Peserta yang tinggal di wilayah rawan banjir), latihan bersama adik Pertolongan Pertama jika demam, memar, ... | Agar sakitnya tidak bertambah parah | Bulan Oktober (jika biasanya banjir terjadi bulan Nopember) |
| Membuang peralatan Pertolongan Pertama yang sudah tidak dipakai, ketempat sampah | | |
| Mencuci tangan | | |

Panduan Fasilitator PERTOLONGAN PERTAMA Untuk PMR Madya





ANALISA KOMPETENSI PERTOLONGAN PERTAMA PMR MADYA

| Kompetensi Umum | Kompetensi Khusus | Kompetensi pendukung |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pemahaman tentang Gerakan Memiliki pemahaman tentang Prinsip Dasar Gerakan Memiliki pemahaman tentang ketentuan Lambang Memiliki pemahaman tentang Hukum Humaniter Internasional Memiliki pemahaman tentang organisasi PMI dan kegiatannya Dapat menjadi "peer support" (memberikan dukungan kepada teman sebaya untuk melakukan perubahan perilaku hidup sehat) | <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pemahaman tentang pengetahuan dasar Perolongan Pertama Memiliki pemahaman tentang anatomi dan faal dasar Memiliki pemahaman tentang penilaian penderita Memiliki pemahaman tentang luka Memiliki pemahaman tentang patah tulang Memiliki pemahaman tentang luka bakar Memiliki pemahaman tentang pemindahan penderita Memiliki pemahaman tentang penyakit mendadak Memiliki pemahaman tentang peran PMR Madya dalam pelayanan Perolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pengetahuan dasar tentang kedaruratan medis |

ANALISA TUJUAN BELAJAR PERTOLONGAN PERTAMA PMR MADYA

| No. | Tujuan Belajar | Indikator | Materi |
|-----|---|---|------------------------|
| 1. | Memahami arti dan tujuan Perolongan Pertama serta cara mengamankan diri | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menjelaskan arti Perolongan Pertama Dapat menjelaskan tujuan Perolongan Pertama Dapat menjelaskan contoh peralatan dasar Perolongan Pertama Dapat menjelaskan kewajiban penolong pertama | Donor darah |
| 2. | Memahami anatomi dan faal dasar | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menjelaskan pengertian anatomi dan faal dasar Dapat menjelaskan sistem tubuh | Anatomi dan faal dasar |
| 3. | Memahami penilaian penderita | <ul style="list-style-type: none"> Dapat menjelaskan langkah-langkah penilaian penderita | Penilaian penderita |

| No. | Tujuan Belajar | Indikator | Materi |
|-----|--|---|---|
| 4. | Memahami luka | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat menjelaskan pengertian dan klasifikasi luka • Dapat menjelaskan langkah-langkah penanganan luka | Luka |
| 5. | Memahami patah tulang | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat menjelaskan pengertian patah tulang dan pembagiannya • Dapat menjelaskan langkah-langkah perolongan pertama patah tulang | Patah tulang |
| 6. | Memahami luka bakar | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat menjelaskan pengertian luka bakar dan penggolongannya • Dapat menjelaskan langkah-langkah perolongan pertama luka bakar | Luka bakar |
| 7. | Memahami pemindahan penderita | <p>Dapat menjelaskan mekanika tubuh</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dapat menjelaskan prinsip dasar pemindahan penderita • Dapat menjelaskan penggolongan pemindahan penderita • Dapat menjelaskan langkah-langkah pemindahan penderita | Pemindahan penderita |
| 8. | Memahami penyakit mendadak | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat menjelaskan gejala dan tanda penyakit mendadak • Dapat menjelaskan langkah-langkah perolongan pertama pada penyakit mendadak | Penyakit mendadak |
| 9. | Memahami peran PMR Madya dalam pelayanan Perolongan Perutama | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat melaksanakan peran PMR Madya dalam pelayanan Perolongan Perutama | Peran PMR Madya dalam Perolongan Perutama |

KURIKULUM PERTOLONGAN PERTAMA PMR MADYA

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|---------------------------------------|---|--|---------------|--|--|--------------------------------|
| Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> Pengertian Pertolongan Pertama Tujuan Pertolongan Pertama Peralatan dasar Pertolongan Pertama Kewajiban penolong pertama | <ul style="list-style-type: none"> Peserta dapat menjelaskan arti Pertolongan Pertama Peserta dapat menjelaskan tujuan Pertolongan Pertama Peserta dapat menjelaskan contoh peralatan dasar Pertolongan Pertama Peserta dapat menjelaskan kewajiban penolong pertama | 2 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> Ceramah Tanya jawab Diskusi Simulasi Pengamatan langsung | <ul style="list-style-type: none"> Flipchart Spidol Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Anatomi dan faal dasar | Anatomi dan faal dasar | <ul style="list-style-type: none"> Peserta dapat menjelaskan pengertian anatomi dan faal dasar Peserta dapat menjelaskan sistem tubuh | 2 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> Ceramah Tanya jawab Diskusi Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> Flipchart Spidol Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Penilaian penderita | Penilaian penderita | Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penilaian penderita | 5 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> Ceramah Tanya jawab Diskusi Simulasi Pengamatan | <ul style="list-style-type: none"> Flipchart Spidol Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Luka | Luka | <ul style="list-style-type: none"> Peserta dapat menjelaskan pengertian dan klasifikasi luka Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penanganan luka | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> Ceramah Tanya jawab Diskusi Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> Flipchart Spidol Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|----------------------|----------------------|---|---------------|---|--|--------------------------------|
| Patah tulang | Patah tulang | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menjelaskan pengertian patah tulang dan pembagiannya • Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama patah tulang | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Luka bakar | Luka bakar | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menjelaskan pengertian luka bakar dan penggolongannya • Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama luka bakar | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Pemindahan penderita | Pemindahan penderita | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menjelaskan mekanika tubuh • Peserta dapat menjelaskan prinsip dasar pemindahan penderita • Peserta dapat menjelaskan penggolongan pemindahan penderita • Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pemindahan penderita | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Penyakit mendadak | Penyakit mendadak | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat menjelaskan gejala dan tanda penyakit mendadak • Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama pada penyakit mendadak | 3x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|---|---|---|---------------|--|--|--------------------------------|
| Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama | Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan pertama | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama dilingkungan keluarga dan sekolah • Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga dan sekolah yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit) • Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah • Peserta dapat memberikan dukungan kepada teman sebaya untuk berperilaku hidup aman dan sehat | 6 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi • Penugasan | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| 34 x 45' | | | | | | |

Majalah dinding sekolah

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat menjelaskan tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat menjelaskan contoh peralatan dasar Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat menjelaskan kewajiban penolong pertama

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, presentasi

G. Media

Alat tulis, flipchart/papan tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

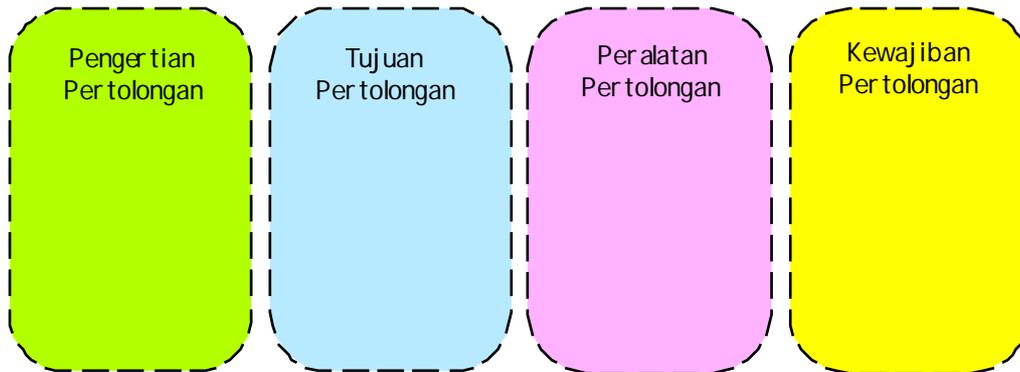
- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta siapa yang pernah memberikan pertolongan pertama
- b. Fasilitator meminta 1 - 2 peserta menceritakan pengalamannya

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok, masing-masing beranggotakan 4 - 6 orang
- b. Setiap kelompok berdiskusi:
 - Pengertian Pertolongan Pertama
 - Tujuan Pertolongan Pertama
 - Jenis peralatan dasar Pertolongan Pertama
 - Kewajiban penolong pertama
- c. Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya
- d. Berdasarkan diskusi kelompok, sepakati bersama dengan seluruh peserta tentang pengertian, tujuan, peralatan dasar, dan kewajiban

I. Penugasan

Peserta membuat artikel maupun gambar tentang topik tersebut, dan kirimkan ke majalah dinding sekolah



Artikel/gambar yang akan dikirimkan ke majalah dinding sekolah

Submission area for articles and images to be sent to the school wall magazine.

Album Pertolongan Pertama

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pok ok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat menjelaskan tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat menjelaskan contoh peralatan dasar Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat menjelaskan kewajiban penolong pertama

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, membuat album

G. Media

Alat tulis, alat gambar, flipchart/papan tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Penugasan

- a. Peserta mengumpulkan gambar atau foto dari koran, majalah, Internet tentang pelayanan Pertolongan Pertama
- b. Peserta membuat album foto dan gambar Pertolongan Pertama

2. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta pengalamannya selama mengerjakan tugas tersebut
- b. Fasilitator menanyakan kepada peserta apa yang mereka lihat atau amati dalam gambar/foto pada album yang telah mereka buat

3. Kegiatan Belajar

Berdasarkan jawaban-jawaban peserta, fasilitator dan peserta membahas dan menyepakati pengertian, tujuan, peralatan, dan kewajiban penolong pertama

I. Penugasan

- a. Tulis hasil kesepakatan diskusi pada album masing-masing
- b. Album dapat menjadi koleksi pribadi maupun disumbangkan kepada perpustakaan sekolah atau PMI Cabang setempat



Anatomi dan Faal

A. Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

B. Sub Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian anatomi dan faal dasar
2. Peserta dapat menjelaskan sistem tubuh

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Pengamatan, presentasi

G. Media

Alat peraga rangka tubuh manusia, alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator bersama dengan peserta mengadakan kunjungan ke salah satu tempat yang mempunyai alat peraga rangka tubuh manusia: laboratorium sekolah, PMI Cabang, universitas yang mempunyai fakultas kedokteran/jurusan biologi, akademi perawat, atau puskesmas

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator dan peserta mengamati alat peraga dan mendengarkan informasi yang diberikan oleh nara sumber: guru biologi, mahasiswa kedokteran/jurusan biologi, perawat, staff, atau pelatih PMI terkait anatomi dan faal dasar
- b. Fasilitator, peserta, dan nara sumber mengadakan tanya jawab

I. Penugasan

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 2 kelompok:
 - Kelompok 1 menggambar anatomi dan faal seukuran poster
 - Kelompok 2 menuliskan sistem tubuh, pada kertas seukuran poster
- b. Tempelkan hasil tersebut didepan ruang PMR, sebagai salah satu peran PMR dalam menyebarkan informasi dan pengetahuan

Puzzle anatomi dan faal

A. Pokok Bahasan

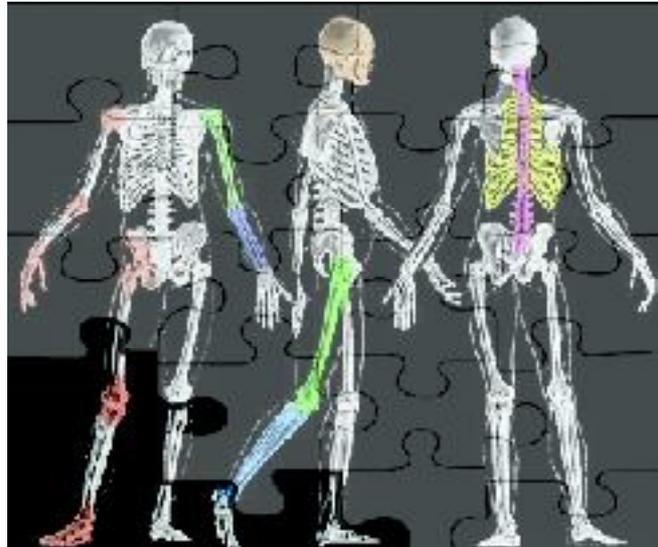
Anatomi dan faal dasar

B. Sub Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian anatomi dan faal dasar
2. Peserta dapat menjelaskan sistem tubuh



D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Presentasi, diskusi, menyusun puzzle

G. Media

Puzzle, alat tulis, alat gambar, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Tiap peserta membuat gambar anatomi dan faal dasar

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 2 kelompok
- b. Tiap kelompok diberi puzzle anatomi dan faal seukuran poster
- c. Tiap kelompok, berdasarkan referensi gambar yang telah dibuat, menyusun puzzle tersebut
- d. Tiap kelompok mempresentasikan hasilnya
- e. Fasilitator menanyakan kepada tiap kelompok tentang sistem tubuh, nama-nama bagian tubuh dan fungsinya

I. Penugasan

Peserta membuat puzzle anatomi dan faal seukuran kertas A4, sebagai hadiah dan sumber belajar untuk adik dirumah, atau PMR Mula

Kertas kerja penilaian penderita

A. Pokok Bahasan

Penilaian penderita

B. Sub Pok ok Bahasan

Penilaian penderita

C. Tujuan Pembelajaran

Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penilaian penderita

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

5 x 45 menit

F. Metode

Penugasan pribadi, diskusi

G. Media

Kertas kerja, alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator mengadakan tanya jawab dengan peserta tentang tujuan Pertolongan Pertama dan kewajiban penolong pertama. Hal ini untuk mengingatkan kembali pengetahuan peserta

2. Kegiatan Belajar

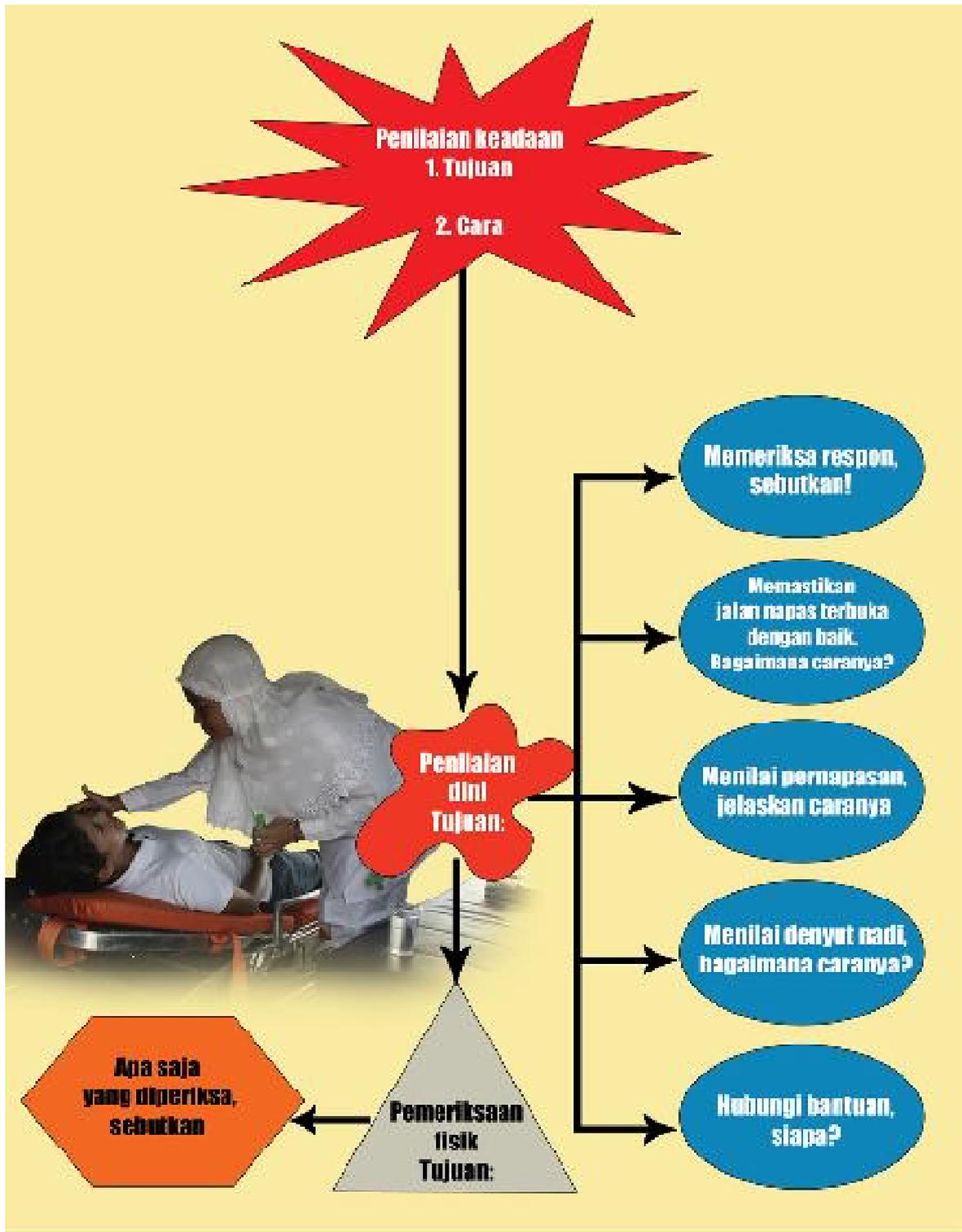
- Fasilitator membagikan kertas kerja kepada masing-masing peserta
- Tiap peserta mengisi kertas kerja tersebut
- Setelah selesai, bahas dan sepakati bersama

3. Penugasan

Peserta memperbaiki kertas kerja masing-masing sesuai hasil kesepakatan



Kertas kerja penilaian penderita



Bermain Peran

A. Pokok Bahasan

Penilaian penderita

B. Sub Pok ok Bahasan

Penilaian penderita

C. Tujuan Pembelajaran

Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penilaian penderita

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

5 x 45 menit

F. Metode

G. Media

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator mengadakan tanya jawab dengan peserta tentang tujuan Pertolongan Pertama dan kewajiban penolong pertama. Hal ini untuk mengingatkan kembali pengetahuan peserta

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator meminta 2 peserta memperagakan sedang berlari berlawanan arah, kemudian bertabrakan. Salah seorang mengalami pingsan, sedangkan yang lainya memar pada kepala
- b. Fasilitator meminta 4 peserta untuk memberikan pertolongan
- c. Peserta yang lain mengamati proses pemberian Pertolongan Pertama
- d. Setelah selesai dan berdasarkan simulasi tersebut, fasilitator dan peserta mendiskusikan:
 - Apa yang harus kita lakukan sebelum memberikan pertolongan
 - Bagaimana cara menilai penderita

I. Penugasan

Peserta mencatat hasil diskusi pada buku masing-masing

Peta Luka

A. Pokok Bahasan

Luka

B. Sub Pok ok Bahasan

Luka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian dan klasifikasi luka
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penanganan luka

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Membuat peta luka, diskusi

G. Media

Kertas kerja, alat tulis

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

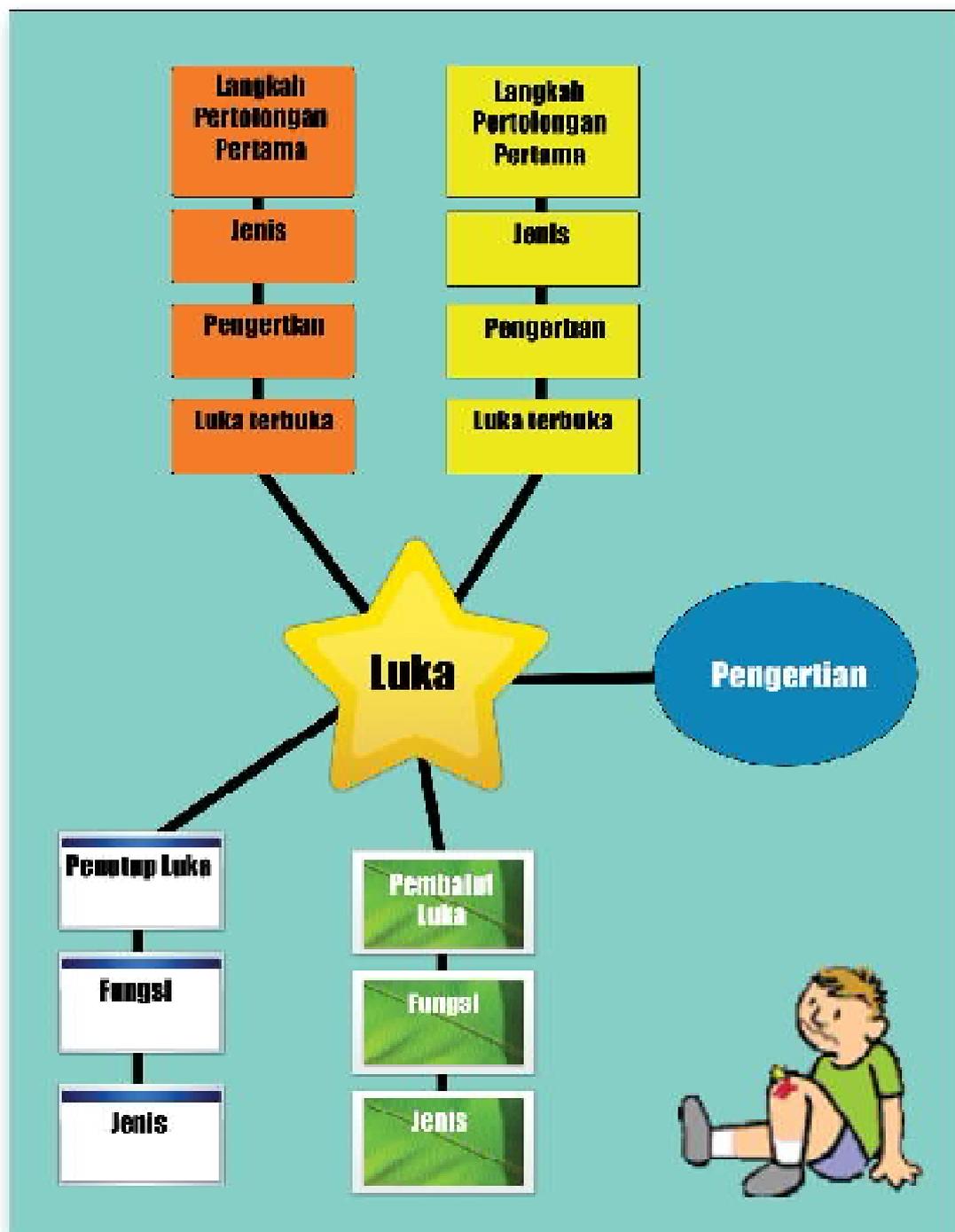
Fasilitator bertanya pada peserta siapa yang pernah mengalami luka, dan bagaimana perawatannya

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan kertas kerja peta luka kepada masing-masing peserta
- b. Tiap peserta mengisi kertas kerja tersebut
- c. Setelah selesai, bahas dan sepakati bersama

I. Penugasan

Peserta memperbaiki kertas kerja masing-masing sesuai hasil kesepakatan



Buku saku luka

A. Pokok Bahasan

Luka

B. Sub Pokok Bahasan

Luka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian dan klasifikasi luka
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penanganan luka

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Bercerita, diskusi, tanya jawab

G. Media

Alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta siapa yang hari ini mengalami luka. Jika tidak ada, tanyakan apakah hari ini ada yang melihat orang terluka
- b. Fasilitator kembali menanyakan kepada peserta, apa jenis luka tersebut dan bagaimana perawatannya
- c. Tulis jawaban pada kertas flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Berdasarkan hasil tanya jawab tersebut, diskusikan:
 - Pengertian luka
 - Penggolongan luka
 - Cara pertolongan pertama pada luka
 - Kapan perlu dibawa ke tempat rujukan (puskesmas, rumah sakit)
 - Jika hanya dirawat dirumah, bagaimana perawatannya
- b. Bahas dan sepakati bersama

I. Penugasan

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 2 kelompok:
 - Kelompok 1 membuat tulisan tentang penggolongan luka, contoh, dan cara pertolongan pertamanya
 - Kelompok 2 membuat gambar tentang penggolongan luka, contoh, dan cara pertolongan pertamanya
- b. Buatlah tulisan dan gambar tersebut dalam bentuk buku saku. Perbanyak dan bagikan kepada teman atau anggota keluarga

Kartu luka

A. Pokok Bahasan

Luka

B. Sub Pok ok Bahasan

Luka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian dan klasifikasi luka
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah penanganan luka

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Bermain peran, diskusi

G. Media

Alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator memulai sesi dengan mengajak peserta untuk bermain peran:

- Salah satu peserta diminta untuk maju. Kemudian fasilitator menunjukan kartu yang berisi peran (misalkan berperan sedang mengiris sayuran tiba-tiba jarinya terkena pisau). Kemudian minta peserta tersebut memerankan adegan tanpa bersuara.
- Peserta lain untuk menebak peran yang sedang dimainkan.
- Minta peserta lain untuk bergantian maju dengan kartu luka yang berbeda.

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator berdiskusi dengan peserta tentang luka apa saja yang telah diperankan, kemudian bersama-sama menyimpulkan pengertian luka.
- b. Fasilitator bertanya kepada peserta tentang macam-macam luka
- c. Fasilitator menuliskan jawaban peserta pada flipchart/papan tulis.
- d. Fasilitator membagikan kertas kepada peserta, dan meminta kepada peserta menuliskan luka yang pernah mereka alami dan bahan apa saja yang digunakan untuk pertolongannya
- e. Fasilitator meminta peserta untuk menempelkan kertas yang telah ditulis ke flipchart.
- f. Fasilitator meminta salah satu peserta untuk memimpin pembahasan hasil kegiatan diatas

I. Penugasan

Peserta membuat kotak Pertolongan Pertama untuk keperluan pelayanan Pertolongan Pertama di sekolah, dan secara berkala memperbarui kembali bahan-bahan yang telah habis dipakai

Contoh format penempatan kertas

| Jenis Luka | Alat dan Bahan Pertolongan |
|------------|----------------------------|
| | |

Pertolongan Pertama pada patah tulang

A. Pokok Bahasan

Patah tulang

B. Sub Pokok Bahasan

Patah tulang

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian patah tulang dan bagiannya
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama patah tulang

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Simulasi, diskusi

G. Media

Alat tulis, flipchart, mitela

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator bertanya pada peserta apakah ada yang pernah mengalami atau melihat kasus patah tulang
- b. Tanyakan lebih lanjut apa penyebabnya
- c. Tulis jawaban peserta pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi kelompok-kelompok kecil masing-masing beranggotakan 2 orang
- b. Tiap kelompok memperagakan:
 - Orang 1: siswa yang sedang berolahraga, kemudian jatuh dan mengalami patah tulang
 - Orang 2: anggota PMR yang melakukan pertolongan pertama pada patah tulang
- c. Jika sudah selesai melakukan pertolongan, diskusikan dengan seluruh peserta:
 - Pengertian patah tulang
 - Pembagian patah tulang
 - Tapan pertolongan pertama pada patah tulang
- d. Bahas dan sepakati hasil diskusi
- e. Tanyakan pada peserta apakah pada saat simulasi tadi ada yang kurang tepat dalam memberikan pertolongan
- f. Ulangi lagi simulasi, berdasarkan hasil diskusi

I. Penugasan

Peserta bersama-sama membuat mitela dan bidai sebagai media peraga pelat ihan dan pelayanan Perolongan Pertama



Patah tulang

A. Pokok Bahasan

Patah tulang

B. Sub Pok ok Bahasan

Patah tulang

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian patah tulang dan pembagiannya
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama patah tulang

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

G. Media

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menunjukkan gambar-gambar kasus patah tulang

2. Kegiatan Belajar

- a. Berdasarkan gambar tersebut, fasilitator menanyakan pada peserta pengertian dan penggolongan patah tulang
- b. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok
- c. Masing-masing kelompok menuliskan atau menggambarkan tahapan pertolongan pertama pada patah tulang
- d. Setiap kelompok mempresentasikan dengan cara memperagakan tahapan tersebut
- e. Bahas dan sepakati bersama
- f. Secara berpasangan, peragakan pertolongan pertama pada patah tulang, sesuai kesepakatan diskusi

I. Penugasan

Perbaiki tulisan atau gambar tersebut, dan kirimkan ke majalah dinding sekolah

Mencocokkan gambar

A. Pokok Bahasan

Luka bakar

B. Sub Pokok Bahasan

Luka bakar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian luka bakar dan penggolongannya
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama luka bakar

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Menempel gambar, diskusi

G. Media

Gambar-gambar terkait luka bakar, penyebab, penggolongan, cara pertolongan

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menunjukkan gambar-gambar tentang luka bakar, penyebab, penggolongan, dan tahapan pertolongan

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan secara acak gambar-gambar tersebut, setiap peserta mendapatkan 1 - 2 gambar
- b. Peserta menempelkan gambar masing-masing pada kolom yang tersedia di papan
- c. Diskusikan bersama apakah gambar telah ditempelkan sesuai kolomnya, dan jelaskan

I. Penugasan

- a. Peserta membuat pembatas buku yang diberi tulisan atau gambar sebab, pencegahan, atau pertolongan pertama pada luka bakar
- b. Perbanyak pembatas buku tersebut, dan bagikan kepada teman atau keluarga

Luka bakar karena...

A. Pokok Bahasan

Luka bakar

B. Sub Pok ok Bahasan

Luka bakar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian luka bakar dan penggolongannya
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama luka bakar

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi

G. Media

Alat tulis, alat gambar, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator mengadakan tanya jawab dengan peserta terkait pengertian luka bakar dan apa penyebabnya
- b. Tulis jawaban peserta pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Berdasarkan hasil tanya jawab tersebut, fasilitator menanyakan kepada peserta:
 - Kapan biasanya terjadi kasus luka bakar. Mungkin akan muncul jawaban: saat banjir karena adanya aliran listrik ditempat basah, bencana kebakaran, tanah longsor, gempa bumi, letusan gunung berapi, dll
 - Apa yang dapat kita lakukan agar terhindar dari luka bakar
 - Jika terkena luka bakar, bagaimana cara pertolongannya
- b. Setiap peserta menuliskan atau menggambar jawaban-jawaban tersebut
- c. Bahas dan sepakati bersama

I. Penugasan

Kirim tulisan atau gambar tersebut ke majalah dinding sekolah, atau majalah PMI sebagai salah satu peran PMR dalam meningkatkan pengetahuan teman sebaya dalam pencegahan dan pertolongan pertama luka bakar

Pemindahan penderita

A. Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

B. Sub Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan mekanika tubuh
2. Peserta dapat menjelaskan prinsip dasar pemindahan penderita
3. Peserta dapat menjelaskan penggolongan pemindahan penderita
4. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pemindahan penderita

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Simulasi, tanya jawab, diskusi

G. Media

Alat peraga (tandu, bidai, mitela, dll), alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

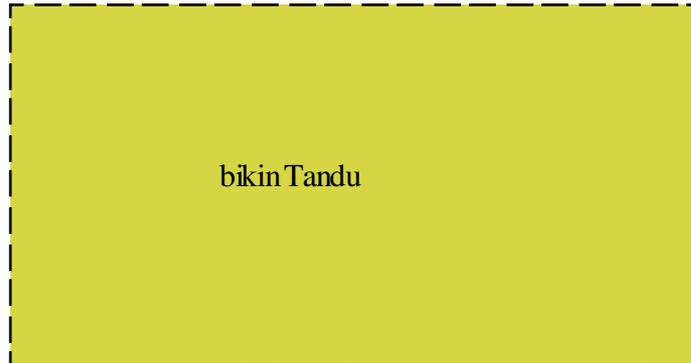
- a. Fasilitator mengadakan tanya jawab dengan peserta tentang apa saja yang telah mereka pelajari pada luka, patah tulang, luka bakar, dan penyakit mendadak
- b. Tulis pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok:
 - Kelompok 1: luka memar
 - Kelompok 2: patah tulang terbuka
 - Kelompok 3: luka bakar
 - Kelompok 4: penyakit mendadak (pingsan)
- b. Tiap kelompok menunjuk salah seorang anggotanya untuk memperagakan kasus-kasus seperti nama kelompok masing-masing
- c. Anggota kelompok lainnya melakukan pertolongan pertama, mulai dari penilaian sampai dengan pemindahan penderita
- d. Setelah selesai simulasi, fasilitator berdiskusi dengan peserta:
 - Mengapa perlu pemindahan penderita
 - Kasus apa saja yang perlu pemindahan penderita
 - Bagaimana cara pemindahan penderita

I. Penugasan

Peserta membuat tandu sebagai salah satu perlengkapan pelayanan Pertolongan Pertama di sekolah



Membawa ke tempat rujukan

A. Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

B. Sub Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan mekanika tubuh
2. Peserta dapat menjelaskan prinsip dasar pemindahan penderita
3. Peserta dapat menjelaskan penggolongan pemindahan penderita
4. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pemindahan penderita

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Tanya jawab, diskusi

G. Media

Alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menanyakan kepada peserta kewajiban penolong pertama

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta apa yang harus dilakukan apabila korban sudah diberi pertolongan pertama
- b. Arahkan diskusi bahwa pada beberapa kasus, korban harus dirujuk ke fasilitas kesehatan--
- c. Tanyakan pada peserta, mana saja tempat rujukan dan bagaimana cara membawa korban ke tempat rujukan
- d. Fasilitator menuliskan hasil diskusi pada papan flipchart
- e. Peserta memperagakan cara membawa korban ke tempat rujukan
- f. Fasilitator dan peserta menyepakati hasil diskusi

I. Penugasan

Peserta menuliskan daftar tempat rujukan jika terjadi kecelakaan/sakit/bahaya, dan tempelkan pada tempat-tempat yang mudah terlihat, misal majalah dinding sekolah, meja dekat telpon, ruang PMR, ruang guru, ruang kelas

| Tempat rujukan | Alamat | No. Telepon | Keterangan |
|--------------------------|--------|-------------|------------|
| Rumah Sakit Harapan Kita | | | |
| Poliklinik Sehat | | | |
| Ambulans PMI | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Penyakit mendadak

A. Pokok Bahasan

Penyakit mendadak

B. Sub Pokok Bahasan

Penyakit mendadak

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan gejala dan tanda penyakit mendadak
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama pada penyakit mendadak

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

3 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, presentasi

G. Media

Foto copy beberapa artikel kasus penyakit mendadak, alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menanyakan kepada peserta apa saja yang termasuk penyakit mendadak. Tulis pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan copy artikel/berita terkait kasus penyakit mendadak, yang diambil dari koran, majalah, internet, atau sumber lainnya
- b. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok
- c. Tiap kelompok mendiskusikan:
 - Jenis penyakit mendadak
 - Penyebab
 - Kapan kasus ini seringkali muncul
 - Tahapan pertolongan pertamanya
 - Apakah perlu dibawa ketempat rujukan? Bagaimana caranya?
 - Jika dirawat dirumah, bagaimana perawatannya
- d. Tiap kelompok mempresentasikan hasil diskusi
- e. Fasilitator dan peserta membuat kesepakatan hasil diskusi

I. Penugasan

Peserta membuat brosur tentang salah satu jenis penyakit mendadak, penyebab, dan pertolongannya. Perbanyak brosur tersebut dan bagikan kepada teman atau adik

Let's do with poster

A. Pokok Bahasan

Penyakit mendadak

B. Sub Pok ok Bahasan

Penyakit mendadak

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan gejala dan tanda penyakit mendadak
2. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pertolongan pertama pada penyakit mendadak

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

3 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, presentasi

G. Media

Foto copy beberapa artikel kasus penyakit mendadak, alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menceritakan salah satu kasus penyakit mendadak yang pernah terjadi di wilayah tersebut. Jika belum pernah ada kasus, maka menceritakan kasus yang pernah terjadi di wilayah lain yang paling dekat

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok masing-masing 4 - 6 orang
- b. Berdasarkan cerita fasilitator, setiap kelompok membuat media KIE (komunikasi, informasi, edukasi), misal poster, cerita berseri, lagu, dll (sesuai kesepakatan kelompok) untuk promosi dengan menambahkan informasi tentang penyebab, pencegahan, dan tahapan pertolongannya
- c. Setiap kelompok mempresentasikan, dan disepakati bersama

I. Penugasan

Terapkan hasil kesepakatan tersebut untuk mempromosikan pencegahan dan pertolongan penyakit mendadak dilingkungan sekolah maupun keluarga

Sekolahku aman dan sehat

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga dan sekolah yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit)
3. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah
4. Peserta dapat memberikan dukungan kepada teman sebaya untuk berperilaku hidup aman dan sehat

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, presentasi

G. Media

Alat tulis, kertas kerja

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator mengadakan tanya jawab dengan peserta, apakah mereka pernah memberikan pertolongan pertama. Jika sudah pernah, kapan, untuk siapa, dan bagaimana mereka melakukannya
- b. Fasilitator menuliskan peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama, sesuai tujuan pembelajaran, pada kertas flipchart
- c. Berdasarkan peran tersebut, fasilitator meminta peserta menyebutkan contoh-contoh kegiatan yang dapat dilakukan PMR Madya

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator meminta peserta memejamkan mata atau membayangkan 1 kegiatan yang dapat dilakukan oleh PMR Madya untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan sehat dari kecelakaan maupun penyakit. Arahkan peserta agar mengusulkan kegiatan yang dalam pelaksanaannya melibatkan komponen sekolah

- b. Tiap peserta menuliskan hasilnya pada kertas, dan menempelkan pada flipchart atau papan tulis
- c. Fasilitator dan peserta mengelompokkan kegiatan yang sama
- d. Buatlah daftar prioritas kegiatan sesuai kebutuhan lingkungan sekolah
- e. Ikuti petunjuk selanjutnya pada kertas kerja

I. Penugasan

- 1. Sepakati untuk melaksanakan kegiatan prioritas nomor 1. Jika telah berhasil, lanjutkan priortas nomor 2 dan seterusnya
- 2. Tulis atau foto pada saat persiapan, melaksanakan, dan hasil kegiatan, dan kirimkan ke majalah remaja, koran local, atau majalah terbitan PMI

Kertas kerja individu
 Kegiatan yang dapat membuat sekolahku aman dari kecelakaan dan sehat

Kertas kerja kelompok
 Prioritas kegiatan sesuai kebutuhan sekolah

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

| Kertas kerja kelompok | (sesuai hasil kesepakatan penentuan prioritas) |
|---|--|
| Nama Projek yang akan dilaksanakan | |
| Lokasi | |
| Tuliskan secara singkat proses kegiatan | |
| Projek ini penting karena | |
| Sasaran | |
| Berapa lama akan dilaksanakan | |
| Perlengkapan yang akan dibutuhkan | |
| Apa tanggung jawab kelompok PMR di kegiatan ini | |
| Yang melaksanakan | |
| Manfaat yang diharapkan untuk kelompok sasaran | |

Aman dan Sehat bersama PMR

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga dan sekolah yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit)
3. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah
4. Peserta dapat memberikan dukungan kepada teman sebaya untuk berperilaku hidup aman dan sehat

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, curah pendapat, simulasi

G. Media

Alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menjelaskan kepada peserta bahwa salah satu peran PMR Madya adalah memberikan motivasi kepada teman-temannya agar berperilaku hidup aman dan sehat.
- b. Fasilitator berdiskusi dengan peserta perilaku hidup aman dan sehat yang dapat dimulai dari diri sendiri, dan bagaimana cara memberi motivasi kepada teman sebaya sehingga dapat tercipta lingkungan sekolah yang aman dan sehat. Mungkin akan muncul jawaban: Bersepeda ke sekolah, mematuhi rambu lalu lintas, membuat taman sekolah, membuat kotak pertolongan pertama, mematikan aliran listrik jika sekolah terkena banjir, rutin membersihkan selokan sekolah, membuang sampah ditempatnya, dll.
- c. Tulis pada flipchart

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok
- b. Berdasarkan hasil diskusi pada nomor H.1, tiap kelompok mengamati dan mendiskusikan kembali 1 permasalahan sekolah terkait keamanan (dari kecelakaan) dan kesehatan (penyakit), yang disertai dengan alasannya
- c. Tiap kelompok mempresentasikan hasilnya
- d. Kemudian sepakati 1 permasalahan yang menjadi prioritas di sekolah
- e. Fasilitator bersama dengan peserta merancang kegiatan yang bertujuan untuk memberikan informasi dan memotivasi perilaku hidup aman dan sehat:
 - Sepakati tema
 - Sepakati material kegiatan, disesuaikan dengan H.2.d
 - Sepakati metode yang akan digunakan, misal: pentas seni, pembagian brosur, pengiriman artikel atau foto
 - Identifikasi sumber-sumber yang diperlukan
 - Buatlah jadwal pelaksanaan

I. Penugasan

Laksanakan kampanye ini di sekolah, panti asuhan, atau teman-teman korban bencana

Pohon keamanan

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

Peran PMR Madya dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga dan sekolah yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit)
3. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga dan sekolah
4. Peserta dapat memberikan dukungan kepada teman sebaya untuk berperilaku hidup aman dan sehat

D. Sasaran

PMR Madya

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, curah pendapat, tanya jawab

G. Media

Alat tulis, alat gambar, flipchart, kertas berbentuk buah, daun, akar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta kegiatan apa yang dapat kita lakukan dan bagaimana cara memberikan motivasi kepada teman-teman agar lingkungan sekolah aman (dari kecelakaan) dan sehat
- b. Tulis jawaban pada flipchart

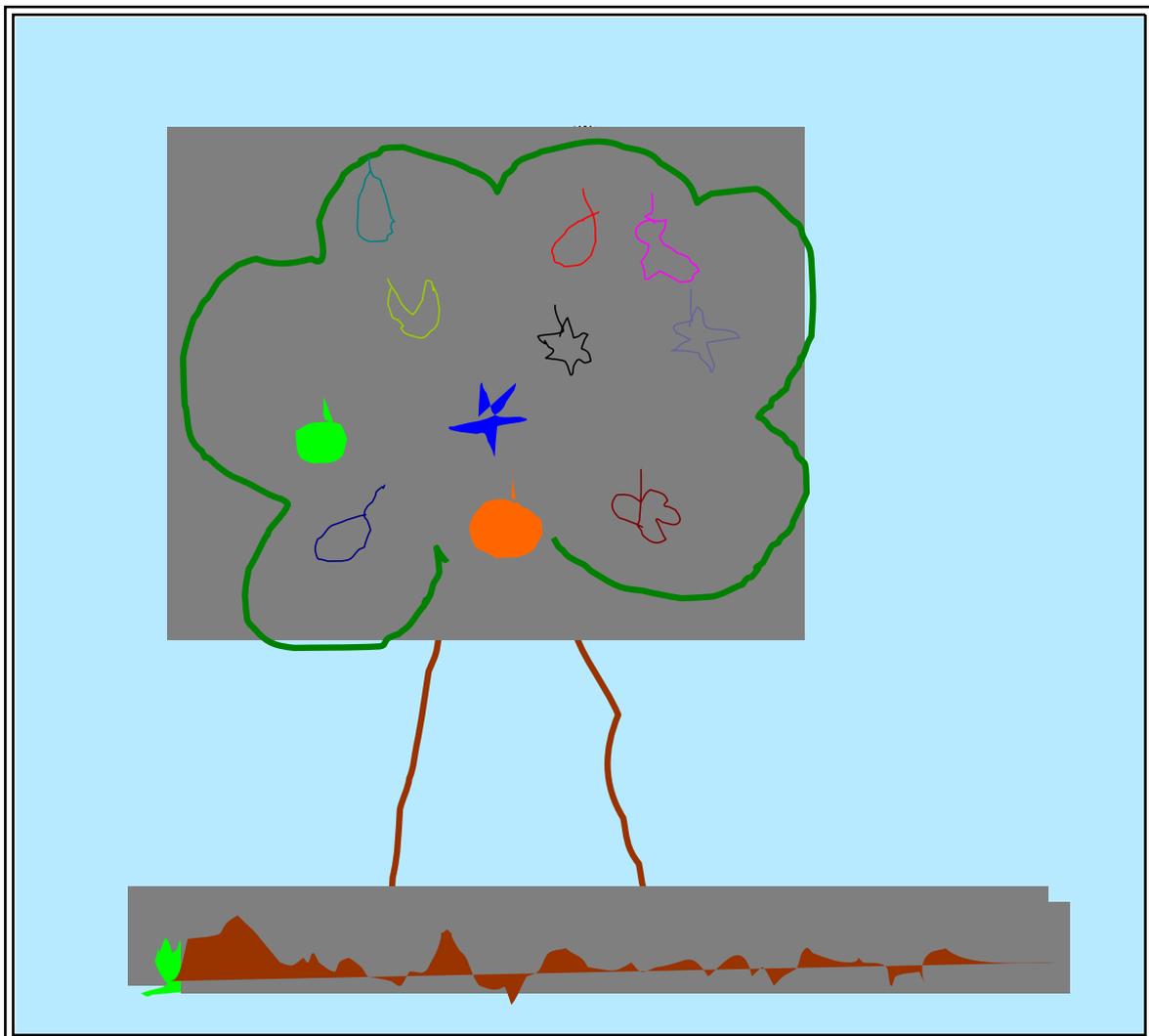
2. Kegiatan Belajar

- a. Seluruh peserta duduk melingkar, memejamkan mata, dan membayangkan tujuan yang ingin dicapai agar sekolahnya aman dan sehat, kekuatan yang dimiliki untuk mencapai tujuan tersebut, dan rencana tindakan untuk mewujudkan tujuan
- b. Fasilitator menempelkan pada dinding/papan flipchart gambar pohon
- c. Fasilitator membagikan 3 kertas (buah, batang, akar) untuk masing-masing peserta

- d. Setiap peserta menuliskan tujuan (pada kertas buah), kekuatan (pada kertas batang), dan rencana (pada kertas akar) yang telah dibayangkan tadi
- e. Tempelkan seluruh buah tujuan, kemudian bahas bersama
- f. Tempelkan batang kekuatan, dan bahas apakah kekuatan tersebut cukup untuk mencapai tujuan. Jika belum, diskusikan kekuatan-kekuatan yang perlu ditingkatkan/dicari. Tambahkan pada batang
- g. Tempelkan rencana tindakan pada akar, dan bahas apakah rencana tersebut tepat, mudah dilaksanakan

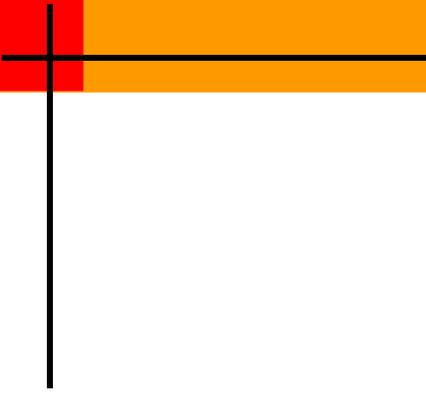
I. Penugasan

Berdasarkan kegiatan H.2, sepakati bersama prioritas tujuan, kekuatan untuk mencapainya, dan rencana tindakan agar sekolah aman dan sehat. Laksanakan rencana tersebut



Panduan Fasilitator PERTOLONGAN PERTAMA Untuk PMR Wira





ANALISA KOMPETENSI PERTOLONGAN PERTAMA PMR WIRA

| Kompetensi Umum | Kompetensi Khusus | Kompetensi pendukung |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pemahaman tentang Gerakan Memiliki pemahaman tentang Prinsip Dasar Gerakan Memiliki pemahaman tentang ketentuan Lambang Memiliki pemahaman tentang Hukum Humaniter Internasional Memiliki pemahaman tentang organisasi PMI dan kegiatannya Dapat menjadi "peer educator" (pendidik remaja sebaya) | <ul style="list-style-type: none"> Memiliki pemahaman tentang pengetahuan dasar Perolongan Pertama Memiliki pemahaman tentang anatomi dan faal dasar Memiliki ketrampilan penilaian penderita Memiliki ketrampilan perolongan cedera jaringan lunak Memiliki ketrampilan perolongan cidera sistem otot rangka Memiliki ketrampilan perolongan luka bakar Memiliki ketrampilan pemindahan penderita Memiliki ketrampilan perolongan kedaruratan medis Memiliki ketrampilan perolongan keracunan Memiliki ketrampilan menerapkan peran PMR Wira dalam pelayanan Perolongan Pertama | <p>Memiliki pengetahuan tentang Resusitasi Jantung Paru (RJP)</p> |

ANALISA TUJUAN BELAJAR PERTOLONGAN PERTAMA PMR WIRA

| No. | Tujuan Belajar | Indikator | Materi |
|-----|---|---|-------------|
| 1. | Memahami arti dan tujuan Perolongan Pertama serta cara mengamankan diri | <ul style="list-style-type: none"> Dapat mengidentifikasi arti Perolongan Pertama Dapat mengidentifikasi tujuan Perolongan Pertama Dapat mengidentifikasi dasar hukum Perolongan Pertama Dapat mengidentifikasi kewajiban dan kualifikasi penolong pertama Dapat mengidentifikasi penggunaan Alat Perlindungan Diri (APD) Dapat mengidentifikasi peralatan Perolongan Pertama | Donor darah |

| No. | Tujuan Belajar | Indikator | Materi |
|-----|--|---|---------------------------|
| 2. | Memahami anatomi dan faal dasar | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi pengertian anatomi dan faal dasar • Dapat mengidentifikasi posisi anatomis dan bidang khayal tubuh • Dapat mengidentifikasi bagian tubuh • Dapat mengidentifikasi rongga tubuh • Dapat mengidentifikasi sistem dalam tubuh | Anatomi dan faal dasar |
| 3. | Menerapkan penilaian penderita | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi langkah-langkah penilaian penderita • Dapat mempraktekan langkah-langkah penilaian penderita | Penilaian penderita |
| 4. | Menerapkan pertolongan cedera jaringan lunak | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi pengertian cedera jaringan lunak dan pembagiannya • Dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera jaringan lunak • Dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak • Dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak | Cedera jaringan lunak |
| 5. | Menerapkan pertolongan cedera sistem otot rangka | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi pengertian cedera sistem otot rangka dan pembagiannya • Dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera sistem otot rangka • Dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka • Dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka | Cedera sistem otot rangka |
| 6. | Menerapkan pertolongan luka bakar | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi pengertian luka bakar dan pembagiannya • Dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan luka bakar • Dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan luka bakar | Luka bakar |

| No. | Tujuan Belajar | Indikator | Materi |
|-----|---|--|--|
| 7. | Menerapkan pemindahan penderita | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi pengertian mekanika tubuh • Dapat mengidentifikasi prinsip dasar pemindahan penderita • Dapat mengidentifikasi pembagian pemindahan penderita • Dapat mengidentifikasi langkah-langkah pemindahan penderita • Dapat mempraktekan langkah-langkah pemindahan penderita | Pemindahan penderita |
| 8. | Menerapkan pertolongan keदार uratan medis | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi gejala dan tanda keदार uratan medis • Dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan keदार uratan medis • Dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan keदार uratan medis | Kedar uratan medis |
| 9. | Menerapkan pertolongan keracunan | <ul style="list-style-type: none"> • Dapat mengidentifikasi pengertian racun • Dapat mengidentifikasi jalur masuknya racun ke tubuh manusia • Dapat mengidentifikasi gejala dan tanda keacunan • Dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan keracunan | Keracunan |
| 10. | Menerapkan peran PMR Wira dalam pelayanan Perolongan Per tama | Dapat melaksanakan peran PMR Wira dalam pelayanan Perolongan Per tama | Peran PMR Wira dalam Perolongan Per tama |

KURIKULUM PERTOLONGAN PERTAMA PMR WIRA

| Rokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|---------------------------------------|---|--|---------------|--|--|--------------------------------|
| Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> Pengertian Pertolongan Pertama Tujuan Pertolongan Pertama Peralatan dasar Pertolongan Pertama Kewajiban penolong pertama | <ul style="list-style-type: none"> Peserta dapat mengidentifikasi arti Pertolongan Pertama Peserta dapat mengidentifikasi tujuan Pertolongan Pertama Peserta dapat mengidentifikasi dasar hukum Pertolongan Pertama Peserta dapat mengidentifikasi kewajiban dan kualifikasi penolong pertama Peserta dapat mengidentifikasi penggunaan peralatan dasar Pertolongan Pertama | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> Ceramah Tanya jawab Diskusi Simulasi Pengamatan langsung | <ul style="list-style-type: none"> Flipchart Spidol Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Anatomi dan faal dasar | Anatomi dan faal dasar | <ul style="list-style-type: none"> Peserta dapat mengidentifikasi pengertian anatomi dan faal dasar Peserta dapat mengidentifikasi posisi anatomis dan bidang khayal tubuh Peserta dapat mengidentifikasi bagian tubuh Peserta dapat mengidentifikasi rongga tubuh Peserta dapat mengidentifikasi sistem dalam tubuh | 2 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> Ceramah Tanya jawab Diskusi Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> Flipchart Spidol Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|---------------------------|---------------------------|--|---------------|---|--|--------------------------------|
| Penilaian penderita | Penilaian penderita | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah penilaian penderita • Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah penilaian penderita | 6 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi • Pengamatan | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Cedera jaringan lunak | Cedera jaringan lunak | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi pengertian cedera jaringan lunak dan bagiannya • Peserta dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera jaringan lunak • Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak • Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak | 6 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Cedera sistem otot rangka | Cedera sistem otot rangka | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi pengertian cedera sistem otot rangka dan bagiannya • Peserta dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera sistem otot rangka • Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka • Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka | 6 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|----------------------|----------------------|--|---------------|---|--|--------------------------------|
| Luka bakar | Luka bakar | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi pengertian luka bakar dan pembagiannya • Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan luka bakar • Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan luka bakar | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Pemindahan penderita | Pemindahan penderita | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi pengertian mekanika tubuh • Peserta dapat mengidentifikasi prinsip dasar pemindahan penderita • Peserta dapat mengidentifikasi pembagian pemindahan penderita • Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pemindahan penderita • Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pemindahan penderita | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Kedaruratan medis | Kedaruratan medis | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi gejala dan tanda kedaruratan medis • Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan kedaruratan medis • Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan kedaruratan medis | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |

| Pokok Bahasan | Sub Pokok Bahasan | Tujuan Pembelajaran | Alokasi Waktu | Metodologi | Media | Sumber Belajar |
|--|--|---|---------------|--|--|--------------------------------|
| Keracunan | Keracunan | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat mengidentifikasi pengertian racun • Peserta dapat mengidentifikasi jalur masuknya racun ke tubuh manusia • Peserta dapat mengidentifikasi gejala dan tanda keracunan • Peserta dapat mempraktekkan langkah-langkah pertolongan keracunan | 4 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama | Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama | <ul style="list-style-type: none"> • Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama dilingkungan keluarga, sekolah, dan remaja • Peserta dapat meningkatkan peranannya dalam menciptakan lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit) • Peserta dapat meningkatkan peranannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan | 8 x 45' | <ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Tanya jawab • Diskusi • Simulasi • Penugasan | <ul style="list-style-type: none"> • Flipchart • Spidol • Alat peraga | Buku "Pertolongan Pertama" PMR |
| 48 x 45' | | | | | | |

Wartawan cilik

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat mengidentifikasi tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat mengidentifikasi dasar hukum Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat mengidentifikasi kewajiban dan kualifikasi penolong pertama
5. Peserta dapat mengidentifikasi penggunaan peralatan dasar Pertolongan Pertama

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Kunjungan lapangan, wawancara

G. Media

Daftar pertanyaan wawancara, alat tulis, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menjelaskan kepada peserta bahwa kegiatan yang akan dilakukan adalah mengunjungi pos pelayanan ambulans atau Pertolongan Pertama PMI Cabang, dan mewawancarai petugasnya.
- b. Peserta mempelajari dan mengembangkan daftar pertanyaan untuk wawancara. Lakukan latihan wawancara terlebih dahulu.

2. Penugasan

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok, masing-masing 6 orang.
- b. Setiap kelompok mengunjungi pos pelayanan ambulans atau Pertolongan Pertama. Jika sedang ada pelayanan agar peserta mengamati prosesnya, serta mendokumentasikan (mencatat atau memotret).
- c. Kemudian setiap kelompok melakukan wawancara kepada petugas.

3. Kegiatan Belajar

- a. Setiap kelompok mempresentasikan hasil wawancara pada pertemuan yang telah disepakati (boleh dalam bentuk powerpoint, gambar, poster, atau metode lain sesuai kreatifitas masing-masing).

- b. Sepakati bersama terkait pengertian, tujuan, dasar hukum, penggunaan peralatan dasar, Pertolongan Pertama, serta kewajiban dan kualifikasi penolong pertama

I. Penugasan

1. Sepakati bersama untuk membuat media dan cara memsosialisasikan kepada teman sebaya tentang poin H.3.b.
2. Buatlah media tersebut, dan lakukan sosialisasi

Catatan untuk fasilitator:

- Jika di PMI Cabang tersebut belum ada pos pelayanan ambulans atau Pertolongan Pertama, maka dapat mewawancarai relawan PMI yang pernah bertugas di pelayanan Pertolongan Pertama, atau instansi lain yang menyediakan jasa pelayanan ambulans/ Pertolongan Pertama
- Sebelum proses pembelajaran berlangsung, fasilitator berkoordinasi dengan pihak yang akan diwawancara, atau pihak yang akan dikunjungi untuk menjelaskan tujuan, proses, maupun hasil yang diharapkan
- Topik wawancara sesuai tujuan pembelajaran. Fasilitator agar mengembangkan pertanyaan-pertanyaan untuk wawancara.

Komunikasi, Informasi, Edukasi

A. Pokok Bahasan

Pengetahuan Dasar Pertolongan Pertama

B. Sub Pok ok Bahasan

1. Pengertian Pertolongan Pertama
2. Tujuan Pertolongan Pertama
3. Peralatan dasar Pertolongan Pertama
4. Kewajiban penolong pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi arti Pertolongan Pertama
2. Peserta dapat mengidentifikasi tujuan Pertolongan Pertama
3. Peserta dapat mengidentifikasi dasar hukum Pertolongan Pertama
4. Peserta dapat mengidentifikasi kewajiban dan kualifikasi penolong pertama
5. Peserta dapat mengidentifikasi penggunaan peralatan dasar Pertolongan Pertama

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diseminasi Pertolongan Pertama, presentasi

G. Media

Alat tulis, alat gambar, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 6 kelompok.
- b. Setiap kelompok mendiskusikan pengertian, tujuan, dasar hukum, dan peralatan dasar Pertolongan Pertama, serta kewajiban penolong pertama
- c. Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusi
- d. Seluruh peserta menyepakati hasil diskusi
- e. Kembali ke kelompok masing-masing, tiap kelompok merancang media komunikasi, informasi, dan edukasi, serta pesan untuk diseminasi Pertolongan Pertama.
- f. Setiap kelompok juga merancang metode yang akan digunakan untuk diseminasi

- g. Fasilitator dapat menghadirkan nara sumber (dari media massa, mahasiswa jurusan komunikasi, staf PMI bidang Humas, staf bidang Kesehatan/ Yansoskesmas) untuk memfasilitasi proses H.2.e dan f
- h. Setiap kelompok mempresentasikan ide kreatif
- i. Seluruh peserta menyepakati untuk melaksanakan diseminasi Pertolongan Pertama

I. Penugasan

1. Peserta menentukan jadwal diseminasi, kelompok sasaran
2. Peserta melaksanakan diseminasi Pertolongan Pertama

Laboratorium anatomi dan faal tubuh

A. Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

B. Sub Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian anatomi dan faal dasar
2. Peserta dapat mengidentifikasi posisi anatomis dan bidang khayal tubuh
3. Peserta dapat mengidentifikasi bagian tubuh
4. Peserta dapat mengidentifikasi rongga tubuh
5. Peserta dapat mengidentifikasi sistem dalam tubuh

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Kunjungan, tanya jawab, diskusi

G. Media

Alat peraga anatomi dan faal tubuh, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator bersama dengan peserta mendiskusikan pengertian anatomi dan faal dasar. Buku-buku pelajaran biologi dapat menjadi referensi pada saat pembahasan ini.

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator dan peserta mengadakan kunjungan ke laboratorium (rumah sakit/ sekolah/universitas jurusan biologi/kedokteran/perawat)
- b. Fasilitator dan peserta mengadakan tanya jawab dengan para nara sumber (dokter/perawat/guru biologi/dosen/tim penelitian sekolah terkait anatomi dan faal tubuh)
- c. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok kecil
- d. Tiap kelompok membuat resume hasil kunjungan tersebut

I. Penugasan

Peserta membuat miniatur anatomi dan faal tubuh, sebagai media pembelajaran

Anatomi dan faal dasar

A. Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

B. Sub Pokok Bahasan

Anatomi dan faal dasar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian anatomi dan faal dasar
2. Peserta dapat mengidentifikasi posisi anatomis dan bidang khayal tubuh
3. Peserta dapat mengidentifikasi bagian tubuh
4. Peserta dapat mengidentifikasi rongga tubuh
5. Peserta dapat mengidentifikasi sistem dalam tubuh

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

2 x 45 menit

F. Metode

Tanya jawab, diskusi

G. Media

Alat peraga anatomi dan faal tubuh, artikel, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menyiapkan artikel mengenai anatomi dan faal dasar. Buku-buku pelajaran biologi dapat dijadikan bahan referensi.

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 2 kelompok
- b. Kelompok 1 mempelajari artikel tentang anatomi dan faal dasar
- c. Kelompok 2 menuju ruangan yang berbeda untuk mendengarkan penjelasan tentang anatomi dan faal dasar dari nara sumber (guru biologi/relawan PMI/ pelatih PMI/perawat/dokter/dll)
- d. Setelah selesai mempelajari artikel dan mendengarkan penjelasan, setiap peserta secara berpasangan membuat artikel serta gambar anatomi dan faal tubuh.

I. Penugasan

Sempurnakan artikel dan gambar tersebut, untuk dijadikan buku dan sebagai referensi pada saat pembahasan topik terkait misal kesehatan reproduksi

Talk show penilaian penderita

A. Pokok Bahasan

Penilaian penderita

B. Sub Pok ok Bahasan

Penilaian penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah penilaian penderita
2. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah penilaian penderita

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Tanya jawab, diskusi, simulasi

G. Media

Alat tulis, alat peraga, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Setiap peserta mencari dan mempelajari referensi tentang penilaian penderita, dari internet, buku-buku Pertolongan Pertama, maupun diskusi dengan relawan PMI

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasillitator membagi peserta menjadi tiga kelompok
- b. Kelompok 1 ditugaskan untuk memaparkan materi tentang penilaian penderita
- c. Kelompok 2 ditugaskan untuk menanyakan, membantah maupun menyetujui materi yang disampaikan oleh kelompok 1
- d. Sedangkan kelompok 3 ditugaskan untuk mempraktekan materi yang disampaikan oleh kelompok 1, dan telah disetujui oleh kelompok 2
- e. Hadirkan nara sumber untuk mengklarifikasi atau menambahkan informasi

I. Penugasan

Peserta membuat poster tentang langkah-langkah penilaian penderita untuk ditempel di ruang UKS/ruang PMR/majalah dinding sekolah

Pesan berantai

A. Pokok Bahasan

Penilaian penderita

B. Sub Pokok Bahasan

Penilaian penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah penilaian penderita
2. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah penilaian penderita

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Simulasi, diskusi, tanya jawab

G. Media

Alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator dan peserta mendiskusikan pengertian dan fungsi penilaian penderita

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 4 kelompok
- b. Kelompok 1 memilih dan memperagakan 1 jenis kecelakaan/masalah kesehatan yang sering terjadi di lingkungan sekolah, misal: pingsan saat upacara, kecelakaan sepeda motor
- c. Kelompok 2 segera mendiskusikan dan menuliskan langkah-langkah penilaian penderita, kemudian berikan kepada kelompok 3
- d. Kelompok 3 mempraktikkan hasil diskusi kelompok 2
- e. Kelompok 4 mengamati dan mengevaluasi hasilnya
- f. Setelah selesai, fasilitator dan peserta berdiskusi dan membuat kesepakatan hasil diskusi
- g. Hadirkan nara sumber selama proses ini

I. Penugasan

Secara berkelompok mintalah peserta untuk menggambar/membuat komik tentang langkah-langkah penilaian penderita. Kirimkan ke majalah dinding sekolah/majalah remaja

Do Don't

A. Pokok Bahasan

Penilaian penderita

B. Sub Pok ok Bahasan

Penilaian penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah penilaian penderita
2. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah penilaian penderita

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Simulasi, diskusi, tanya jawab

G. Media

Alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menggali pengetahuan peserta tentang penilaian penderita

2. Kegiatan Belajar

- a. Setiap peserta membuat tabel yang berisi 3 kolom yaitu Do, Don't, dan Alasan
- b. Setiap peserta menuliskan kasus kecelakaan/penyakit yang pernah dialami/dilihat/dibaca (misal: pingsan, demam berdarah, tersengat aliran listrik)
- c. Kemudian masing-masing peserta menuliskan apa saja yang harus dilakukan sebelum-selama-setelah penilaian penderita pada kolom Do, jangan dilakukan pada kolom Don't serta alasannya pada kolom Alasan, berdasarkan kasus masing-masing
- d. Setelah selesai bahas dan sepakati bersama

I. Penugasan

Buatlah kliping penilaian penderita sebagai referensi pembahasan topik terkait

Konferensi pers

A. Pokok Bahasan

Cedera jaringan lunak

B. Sub Pokok Bahasan

Cedera jaringan lunak

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian cedera jaringan lunak dan pembagiannya
2. Peserta dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera jaringan lunak
3. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak
4. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Tanya jawab, diskusi, simulasi

G. Media

Alat tulis, alat peraga, alat gambar, kamera

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menjelaskan kepada peserta bahwa akan ada konferensi pers dengan topik cedera jaringan lunak
- b. Fasilitator meminta seorang peserta menjadi moderator
- c. Peserta lainnya sebagai wartawan, menyiapkan pertanyaan-pertanyaan dan dokumentasi proses

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator dan moderator menata tempat untuk konferensi pers
- b. Fasilitator mengundang nara sumber (boleh lebih dari 1 orang) untuk memberikan informasi, menjawab pertanyaan, atau memandu simulasi terkait cedera jaringan lunak
- c. Para wartawan mengajukan pertanyaan, melakukan simulasi, dan mendokumentasikan proses kegiatan ini (foto, syuting)
- d. Moderator, nara sumber, dan wartawan membuat kesepakatan hasil tanya jawab dan simulasi

I. Penugasan

Wartawan membuat material komunikasi, informasi, edukasi tentang jaringan lunak dengan menggunakan hasil foto atau rekaman selama konferensi pers. Material ini dapat digunakan sebagai sumber belajar, kampanye tentang Pertolongan Pertama pada cedera jaringan lunak

Jaringan lunak

A. Pokok Bahasan

Cedera jaringan lunak

B. Sub Pokok Bahasan

Cedera jaringan lunak

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian cedera jaringan lunak dan pembagiannya
2. Peserta dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera jaringan lunak
3. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak
4. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera jaringan lunak

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Tanya jawab, diskusi, simulasi

G. Media

Alat tulis, alat peraga, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menggali pengetahuan peserta tentang anatomi dan faal dasar yang berkaitan dengan jaringan lunak

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator dan peserta membuat gambar anatomi dan faal dasar, dan berilah warna berbeda pada jaringan lunak
- b. Fasilitator membagikan kertas kecil kosong kepada peserta
- c. Setiap peserta menuliskan hal-hal yang mereka ketahui tentang jaringan lunak
- d. Tempelkan pada gambar jaringan lunak
- e. Bahas bersama dan sepakati (hadirkan nara sumber)

I. Penugasan

Peserta mencari artikel, gambar tentang jaringan lunak. Buatlah kliping sebagai referensi saat pembahasan topik terkait

Gambar berantai

A. Pokok Bahasan

Cedera sistem otot rangka

B. Sub Pokok Bahasan

Cedera sistem otot rangka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian cedera sistem otot rangka dan pembagiannya
2. Peserta dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera sistem otot rangka
3. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka
4. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menggali pengetahuan peserta tentang anatomi dan faal dasar yang berkaitan dengan sistem otot rangka

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 3 kelompok:
 - Kelompok 1: pengertian cedera sistem otot rangka dan pembagiannya
 - Kelompok 2: alat dan bahan pertolongan cedera sistem otot rangka
 - Kelompok 3: langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka
- b. Tiap kelompok membuat gambar-gambar sesuai nama kelompok
- c. Kumpulkan gambar-gambar tersebut
- d. Secara pleno diskusikan dan rangkailah gambar-gambar tersebut sehingga dapat menceritakan tentang cedera sistem otot rangka
- e. Berdasarkan kesepakatan diskusi dan gambar-gambar tersebut, peragakan Pertolongan Pertama cedera otot rangka

I. Penugasan

1. Secara berkelompok peserta membuat daftar orang-orang disekitar mereka yang rentan akan cedera sistem otot rangka (teman mereka yang olahragawan, dll),
2. Buatlah pembatas buku dengan menampilkan gambar-gambar hasil H.2.
3. Hadiahkan pembatas buku tersebut kepada orang-orang dalam daftar agar mereka sebagai panduan pencegahan dan Pertolongan Pertama jika terjadi cedera otot rangka

Kalender sistem otot rangka

A. Pokok Bahasan

Cedera sistem otot rangka

B. Sub Pokok Bahasan

Cedera sistem otot rangka

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian cedera sistem otot rangka dan pembagiannya
2. Peserta dapat mengidentifikasi alat dan bahan pertolongan cedera sistem otot rangka
3. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka
4. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan cedera sistem otot rangka

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

6 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menggali pengetahuan peserta tentang sistem otot rangka
- b. Tulis pada flipchart sebagai referensi untuk proses H.2

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator menjelaskan kepada peserta bahwa kelompok PMR akan membuat proyek Kalender Cedera Sistem Otot Rangka
- b. Peserta membuat kalender yang didalamnya berisi materi cedera sistem otot rangka
- c. Pembagian tugas diserahkan oleh peserta (misal: pimpinan proyek, desainer, tim kreatif, tim materi, dll)
- d. Presentasikan hasilnya, dan diskusikan materi tersebut (hadirkan nara sumber untuk mengklarifikasi atau memberikan informasi tambahan)

I. Penugasan

Sempurnakan kalender tersebut, perbanyak, dan bagikanlah pada teman, guru, anggota keluarga, atau untuk koleksi pribadi

Peta Kebakaran

A. Pokok Bahasan

Luka bakar

B. Sub Pok ok Bahasan

Luka bakar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian luka bakar dan pembagiannya
2. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan luka bakar
3. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan luka bakar

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi, membuat peta kebakaran

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Setiap peserta membuat peta kebakaran sbb:
 - Bayangkanlah kondisi rumah, kelas, atau sekolah(pilih salah satu)
 - Buatlah denah lokasi tersebut, lengkap dengan kamar/ruang kelas/jendela/pintu/dapur/tempat-tempat aliran listrik, dll
 - Tandailah tempat-tempat yang rawan kebakaran
 - Gambarlah orang yang mengalami luka bakar disalah satu tempat rawan kebakaran
- b. Tempelkan peta pada dinding ruang pelatihan

2. Kegiatan Belajar

- a. Berdasarkan peta-peta tersebut, diskusikan a.l. pengertian dan pembagian luka bakar, sebab-sebab, Pertolongan Pertama, dan pencegahannya
- b. Tulis pada kertas flipchart
- c. Peragakan Pertolongan Pertama pada luka bakar

I. Penugasan

Pada peta masing-masing lengkapi informasi a.l. tentang sebab, pencegahan, dan Pertolongan Pertama pada luka bakar, serta jalur evakuasi jika terjadi kebakaran atau kasus luka bakar. Perbanyak peta dan bagikan kepada teman, anggota keluarga, guru, atau kirimkan ke majalah dinding sekolah.

Help! Help!

A. Pokok Bahasan

Luka bakar

B. Sub Pok ok Bahasan

Luka bakar

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian luka bakar dan pembagiannya
2. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan luka bakar
3. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan luka bakar

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

3. Pengantar

- a. Fasilitator dan beberapa peserta membuat tiruan luka bakar
- b. Beberapa orang peserta berperan sedang mengalami luka bakar, dengan menggunakan alat peraga tiruan luka bakar

4. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator mengkondisikan suasana pertemuan PMR
- b. Tiba-tiba datang teman-teman mereka yang mengalami luka bakar membutuhkan pertolongan
- c. Peserta melakukan Pertolongan Pertama
- d. Setelah selesai memberikan pertolongan, diskusikan bersama (dengan nara sumber) a.l. bagaimana pertolongan pertama yang tepat, mengapa terjadi luka bakar, bagaimana mencegahnya, dll

I. Penugasan

Buatlah tiruan luka bakar sebagai media pembelajaran

Everybody actor

A. Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

B. Sub Pok ok Bahasan

Pemindahan penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian mekanika tubuh
2. Peserta dapat mengidentifikasi prinsip dasar pemindahan penderita
3. Peserta dapat mengidentifikasi pembagian pemindahan penderita
4. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pemindahan penderita
5. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pemindahan penderita

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta apa yang harus dilakukan jika korban telah diberi Perolongan Pertama
- b. Arahkan diskusi bahwa untuk beberapa kasus korban harus dirujuk ke lokasi yang lebih aman/fasilitas kesehatan

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagikan artikel tentang kasus kecelakaan/masalah kesehatan kepada peserta (misal: anak demam di lokasi banjir, patah tulang terkena reruntuhan gempa, dll)
- b. Peserta melakukan simulasi pemindahan penderita berdasarkan artikel sbb:
 - Buatlah kesepakatan bahwa kasus tersebut terjadi di tempat peserta sedang berkumpul
 - Peserta membagi tugas a.l. sebagai penderita, anggota PMR, petugas PMI, petugas kesehatan, masyarakat, wartawan, dll sesuai cerita dalam artikel
 - Siapkan perlengkapan pendukung misal denah lokasi kejadian, lokasi aman, lokasi kesehatan, miniatur rumah penduduk, alat peraga, dll
 - Peserta melakukan tugas masing-masing, dengan fokus simulasi adalah pemindahan penderita

- c. Undang anggota PMR lainnya, pembina PMR, PMI Cabang, dan nara sumber (pelatih dan relawan PMI) untuk mengamati proses simulasi
- d. Setelah selesai, penonton dan pemain mengevaluasi, berdiskusi terkait simulasi tersebut dan referensi pemindahan penderita
- e. Mintalah nara sumber untuk mengklarifikasi dan memberikan informasi tambahan

I. Penugasan

Buatlah tandu sebagai media pembelajaran atau hadiahkan kepada PMR Mula/Madya

Peta pemindahan penderita

A. Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

B. Sub Pokok Bahasan

Pemindahan penderita

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat menjelaskan pengertian mekanika tubuh
2. Peserta dapat menjelaskan prinsip dasar pemindahan penderita
3. Peserta dapat menjelaskan pembagian pemindahan penderita
4. Peserta dapat menjelaskan langkah-langkah pemindahan penderita
5. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pemindahan penderita

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menggali pengetahuan peserta terkait pemindahan penderita

2. Kegiatan Belajar

- a. Peserta diminta menentukan 1 kasus kecelakaan/masalah kesehatan yang sering terjadi di sekolah (misal: terkilir saat berolahraga)
- b. Peserta menggambar peta tentang lokasi kejadian, lokasi aman dan fasilitas kesehatan jika penderita perlu dirujuk
- c. Tempelkan peta pada dinding
- d. Diskusikan:
 - Apa yang harus kita lakukan jika penderita telah mendapatkan Pertolongan Pertama. Arahkan diskusi bahwa penderita perlu dirujuk ketempat yang lebih aman/fasilitas kesehatan. Berilah tanda pada peta.
 - Bagaimana cara membawa penderita ke tempat rujukan (misal: posisi penderita, alat transportasi, dll)
 - Apa yang dapat kita lakukan jika telah sampai ditempat rujukan (misal: melapor kepada petugas kesehatan, membuat laporan, dll)
- e. Sepakati diskusi, dan peragakan

I. Penugasan

Lengkapi peta dengan informasi hasil kesepakatan diskusi serta nomor telepon fasilitas kesehatan

Suhu baru

A. Pokok Bahasan

Kedaruratan medis

B. Sub Pokok Bahasan

Kedaruratan medis

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi gejala dan tanda kedaruratan medis
2. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan kedaruratan medis
3. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan kedaruratan medis

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menggali pengetahuan peserta tentang masalah-masalah kesehatan yang timbul akibat suhu

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi 3 kelompok, yang akan memainkan peran secara berantai. Sebagai acuan adalah kelompok 1
- b. Kelompok 1 memerankan gejala dan tanda akibat perubahan suhu
- c. Kelompok 2 menuliskan langkah-langkah pertolongannya, yang kemudian diberikan kepada kelompok 3
- d. Kelompok 3 memperagakan pertolongan, dengan penderita kelompok 1
- e. Lakukan evaluasi dengan mendatangkan nara sumber

I. Penugasan

Peserta diminta mencari informasi mengenai langkah-langkah yang harus disiapkan jika bepergian ke tempat dengan suhu yang kita tidak terbiasa mengalaminya

Mading

A. Pokok Bahasan

Kedaruratan medis

B. Sub Pok ok Bahasan

Kedaruratan medis

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi gejala dan tanda kedaruratan medis
2. Peserta dapat mengidentifikasi langkah-langkah pertolongan kedaruratan medis
3. Peserta dapat mempraktekan langkah-langkah pertolongan kedaruratan medis

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Peserta mencari informasi tentang kasus-kasus kedaruratan medis di internet, koran, majalah, atau buku-buku kesehatan

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok
- b. Berdasarkan informasi yang telah mereka kumpulkan, setiap kelompok membuat majalah dinding dengan tema kedaruratan medis
- c. Setiap kelompok mempresentasikan hasilnya
- d. Evaluasi bersama dan sepakati sehingga tujuan belajar tercapai

I. Penugasan

1. Kirim mading tersebut ke mading sekolah atau PMI Cabang untuk memberikan informasi yang berkaitan dengan kedaruratan medis kepada masyarakat, teman sebaya
2. Peragakan pertolongan kedaruratan medis

Catatan fasilitator:

Hadirkan nara sumber bidang Pertolongan Pertama dan Kehumasan/Komunikasi saat evaluasi dan peragaan

Awat keracunan!!

A. Pokok Bahasan

Keracunan

B. Sub Pokok Bahasan

Keracunan

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian racun
2. Peserta dapat mengidentifikasi jalur masuknya racun ke tubuh manusia
3. Peserta dapat mengidentifikasi gejala dan tanda keracunan
4. Peserta dapat mempraktekkan langkah-langkah pertolongan keracunan

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator meminta beberapa peserta untuk menceritakan pengalamannya pada saat keracunan dan bagaimana pertolongannya

2. Kegiatan Belajar

- a. Setiap peserta mengidentifikasi dan menggambar benda-benda yang dapat menyebabkan keracunan (misal: obat kadaluwarsa)
- b. Tempelkan pada kertas flipchart
- c. Bahas bersama jalur masuknya racun tersebut ke tubuh manusia, gejala, dan tanda keracunan untuk tiap benda tersebut
- d. Peserta berpasangan memperagakan Pertolongan Pertama pada keracunan
- e. Evaluasi dan sepakati bersama
- f. Buatlah media kampanye pencegahan dan pertolongan pada keracunan (misal: poster, slogan, dll)

I. Penugasan

Rencanakan pelatihan singkat Pertolongan Pertama pada keracunan untuk orang tua siswa. Jadwal pelatihan menyesuaikan dengan jadwal pertemuan orang tua - guru

Kampanye anti racun

A. Pokok Bahasan

Keracunan

B. Sub Pokok Bahasan

Keracunan

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat mengidentifikasi pengertian racun
2. Peserta dapat mengidentifikasi jalur masuknya racun ke tubuh manusia
3. Peserta dapat mengidentifikasi gejala dan tanda keracunan
4. Peserta dapat mempraktekkan langkah-langkah pertolongan keracunan

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

4 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, simulasi

G. Media

Alat peraga, alat tulis, alat gambar

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menggali pengetahuan peserta bagaimana seseorang dapat mengalami keracunan (misal: karena mengkonsumsi makanan basi, gigitan binatang, dll)

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok
- b. Setiap kelompok merancang kegiatan kampanye untuk mencegah dan Pertolongan Pertama pada keracunan secara tepat
- c. Tentukan tema, kelompok sasaran, media, dan metode
- d. Lakukan uji coba dan diskusi-diskusi terkait materi kampanye maupun media dan metode
- e. Sempurnakan rancangan tersebut

I. Penugasan

Selenggarakan kampanye untuk membantu masyarakat atau teman sebaya mencegah dan melakukan Pertolongan Pertama pada keracunan secara tepat

Catatan fasilitator:

Hadirkan narasumber bidang Pertolongan Pertama, Komunikasi/Kehumasan

Peta Keselamatan Sekolah

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit)
3. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja
4. Peserta dapat meningkatkan keterlibatan teman sebaya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan
5. Peserta dapat menjadi pendidik remaja sebaya

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

8 x 45 menit

F. Metode

Membuat peta keselamatan, diskusi, tanya jawab, presentasi

G. Media

Alat tulis, alat gambar, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator bersama dengan peserta mendiskusikan kegiatan apa saja yang dapat dilakukan PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama. Lihat tujuan pembelajaran untuk memandu topik diskusi
- b. Arahkan diskusi bahwa salah satu peran PMR Wira adalah menciptakan lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja yang aman dan sehat dari kecelakaan dan penyakit

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator membagi peserta menjadi kelompok-kelompok kecil, masing-masing beranggotakan 5 - 6 orang
- b. Setiap kelompok membuat peta keselamatan sekolah sbb:
 - Setiap kelompok berjalan mengelilingi sekolah dan sekitarnya (misal jalan raya depan sekolah, lokasi sebelah kanan dan kiri sekolah, dll) untuk mengamati

- Kemudian hasil pengamatan tersebut dituangkan dalam bentuk peta sekolah, lengkap dengan gambar/lokasi ruang belajar, gedung, kantin, toilet, ruang guru, lapangan olah raga, tempat pembuangan sampah, dll
- Pada peta tersebut, tandailah lokasi-lokasi yang berpotensi menimbulkan atau sering terjadi kecelakaan atau masalah kesehatan.
- Beri nama jenis kecelakaan atau penyakit yang berpotensi muncul (misal: tabrakan, terpeleset, bau sampah, selokan tersumbat, kamar mandi kotor, dll
- Berdasarkan peta dan data masing-masing, **setiap kelompok** mengidentifikasi:
 - 1 masalah keselamatan (dari kecelakaan), atau kesehatan yang paling sering terjadi
 - sebab dan dampak
 - 1 lokasi yang paling berpotensi menimbulkan/sering terjadi kecelakaan atau masalah-masalah kesehatan tersebut
 - siapa saja yang sering mengalami kecelakaan atau masalah kesehatan di lokasi tersebut
 - kegiatan apa yang dapat dilakukan PMR Wira untuk mencegah atau mengurangi resiko kecelakaan atau masalah penyakit (lihat kertas kerja)
- c. Setiap kelompok mempresentasikan peta dan hasil diskusi, serta beri kesempatan setiap kelompok/peserta untuk mengadakan tanya jawab
- d. Berdasarkan presentasi seluruh kelompok, kemudian **fasilitator dan seluruh peserta** membuat prioritas:
 - masalah keselamatan (dari kecelakaan), atau kesehatan yang paling sering terjadi
 - sebab dan dampak
 - lokasi yang paling berpotensi mengalami hal tersebut
 - yang sering mengalaminya
 - kegiatan yang dapat dilakukan PMR Wira untuk mencegah atau mengurangi resiko
 - Tentukan jadwal melaksanakan kegiatan

I. Penugasan

- a. Presentasikan hasil diskusi H.2.d. beserta peta kepada guru, siswa untuk mendapatkan persamaan pemahaman dan kesadaran bersama-sama terlibat aktif dan mendukung pelaksanaan kegiatan
- b. Koordinir pelaksanaan kegiatan

Catatan untuk fasilitator:

- Kegiatan pembuatan peta, dapat juga diganti dengan foto-foto lokasi



Peta sekolah (contoh)



Kertas kerja kelompok 1 (contoh)

| | |
|--|--|
| Masalah keselamatan/kesehatan yang paling sering terjadi | Bau sampah |
| Sebab | Penumpukan sampah |
| akibat | Bau, tidak konsentrasi belajar, diare |
| Lokasi | Kantin, tempat pembuangan sampah sekolah |
| Yang mengalami | Seluruh warga SMU Harapan |
| Upaya pencegahan/pengurangan resiko | <ol style="list-style-type: none"> 1. pemisahan sampah organik dan non organik 2. lomba-lomba: lukis tempat sampah, penulisan pesan dispanduk, ... 3. kampanye menggunakan media hasil lomba 4. diskusi dengan extra kurikuler lainnya atau OSIS untuk pembuatan kegiatan bersama ... |
| Koordinator | Kelompok PMR Wira SMU Harapan |

Kertas kerja kelompok 2 (contoh)

| | |
|---|--|
| Masalah keselamatan/kesehatan yang paling sering terjadi Sebab | Kecelakaan jalan raya (tabrakan mobil, sepeda motor, sepeda, ...) Kepadatan lalu lintas di depan jalan SMU Harapan pada pukul 06.00 – 08.00 dan 14.00 – 16.00 |
| akibat | Sakit, cacat fisik, trauma, meninggal, ... |
| Lokasi | Depan sekolah SMU Harapan |
| Yang mengalami | 1. Siswa SD samping SMU Harapan 2. Siswa SMU Harapan 3. Guru 4. Penjual makanan 5. Pengantar 6. ... |
| Upaya pencegahan/pengurangan resiko | 1. Pelatihan Pertolongan Pertama untuk siswa SD, siswa SMU Harapan, guru 2. Kegiatan bersama dengan OSIS dan extra kurikuler lainnya untuk membuat media komunikasi, informasi, edukasi (misal: stiker, spanduk, ...) 3. kampanye keselamatan jalan raya "begins with me" 4. Bersama seluruh siswa dan guru membuat kit Pertolongan Pertama 5. ... |
| Upaya pencegahan/pengurangan resiko | 1. pemisahan sampah organik dan non organik 2. lomba-lomba: lukis tempat sampah, penulisan pesan dispanduk, ... 3. kampanye menggunakan media hasil lomba 4. diskusi dengan extra kurikuler lainnya atau OSIS untuk pembuatan kegiatan bersama ... |
| Koordinator | Unit PMR Wira SMU Harapan |

Kertas kerja Kelompok PMR Wira SMU Harapan (berdasarkan kesepakatan seluruh kelompok)

| | |
|--|---|
| Masalah keselamatan/kesehatan yang paling sering terjadi | Kecelakaan jalan raya didepan sekolah (tabrakan mobil, sepeda motor, sepeda, ...) |
| Alasan pemilihan | Kasus tinggi (lengkapi dengan data), ... |
| Sebab | Kepadatan lalu lintas di depan jalan SMU Harapan pada pukul 06.00 - |
| akibat | Sakit, cacat fisik, trauma, meninggal, ... |
| Lokasi | Depan sekolah SMU Harapan |
| Yang mengalami | 1.Siswa SD samping SMU Harapan 2.Siswa SMU Harapan 3.Guru 4.Penjual makanan 5.Pengantar 6.... |
| Upaya pencegahan/pengurangan resiko | 1.Pelatihan Pertolongan Pertama untuk siswa SD, siswa SMU Harapan, guru 2.Kegiatan bersama dengan OSIS dan extra kurikuler lainnya untuk membuat media komunikasi, informasi, edukasi (misal: stiker, spanduk, ...) 3.kampanye keselamatan jalan raya "begins with me" 4.Bersama seluruh siswa dan guru membuat kit Pertolongan Pertama 5.... |
| Projek yang diusulkan | keselamatan sekolah dan jalan raya "begins with me" |
| Tujuan | 1. Meningkatkan kesadaran siswa, guru, dan masyarakat sekitar sekolah tentang pentingnya keselamatan di jalan (terutama jalan raya depan sekolah) 2. Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan siswa, guru, dan masyarakat sekitar Pertolongan Pertama jika terjadi kecelakaan di jalan raya 3.... |

| | |
|-------------------------------|---|
| Kegiatan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Lomba penulisan pesan kampanye/ gambar 2. Pelatihan Pertolongan Pertama untuk SD dan SMU Harapan (siswa, guru, ...) 3. Panggung boneka Begins with Me untuk siswa SD 4. Kampanye, ... 5. ... |
| Sasaran | <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa SD 2. Siswa SMU Harapan 3. Guru 4. Masyarakat sekitar sekolah 5. Penjual makanan |
| Manfaat bagi kelompok sasaran | ... |
| Sumber yang telah dipunyai | <ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota PMR 2.... 3.... 4.... |
| Sumber yang diperlukan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kerja sama dengan Polisi Keamanan Sekolah/OSIS 2. Kerja sama dengan ... 3. ... 4. ... 5. Dana |
| Jadwal | ... |
| Koordinator | Unit PMR Wira SMU Harapan |

Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE)

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama dilingkungan keluarga, sekolah, dan remaja
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit)
3. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja
4. Peserta dapat meningkatkan keterlibatan teman sebaya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan
5. Peserta dapat menjadi pendidik remaja sebaya

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

8 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, tanya jawab, presentasi

G. Media

Peta keselamatan sekolah, alat tulis, alat gambar, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

- a. Fasilitator menanyakan kepada peserta apa pengertian dan tujuan komunikasi, informasi, edukasi (KIE)
- b. Fasilitator menjelaskan kepada peserta bahwa salah satu peran PMR Wira adalah merancang media-media KIE

2. Kegiatan Belajar

- a. Berdasarkan kegiatan yang telah disepakati pada kertas kerja, fasilitator dan peserta melakukan kegiatan sbb:
 - mengidentifikasi kelompok sasaran dari setiap kegiatan
 - merancang pesan-pesan yang akan disampaikan kepada kelompok sasaran (jika perlu lakukan survey atau wawancara kepada kelompok sasaran)
 - jenis-jenis media komunikasi, informasi, dan edukasi yang tepat untuk setiap kegiatan, kelompok sasaran, dan pesan yang akan disampaikan

- membuat media yang telah disepakati (dapat juga melibatkan anggota extra kurikuler lainnya, kelompok sasaran, atau anggota PMR Mula dan Madya)
- b. Seluruh pihak yang terlibat menguji coba media yang telah dihasilkan, mengevaluasi, dan menyempurnakan

I. Penugasan

1. Evaluasi dan sempurnakan selalu media tersebut berdasarkan masukan dari berbagai pihak
2. Media yang telah dihasilkan mendukung pelaksanaan proyek yang telah disepakati pada kegiatan Peta Keselamatan Sekolah

Catatan untuk fasilitator:

- Kegiatan ini dilaksanakan **pada saat atau setelah** menyusun kertas kerja kelompok PMR Wira pada kegiatan “Peta Keselamatan Sekolah”, sehingga seluruh proses maupun topik bahasan **mengacu pada hasil kertas kerja**
- Selama proses ini, fasilitator dapat melibatkan nara sumber atau fasilitator lainnya yang menguasai komunikasi, kehumasan

Contoh hasil kesepakatan kegiatan H (kegiatan ini berdasarkan pada kertas kerja kegiatan “Peta Keselamatan Sekolah”)

| | |
|--|--|
| Kegiatan | Panggung boneka Begins with Me “aku mulai menyeberang jalan dengan benar” |
| Sasaran | Siswa SD sebelah SMU Harapan |
| Pesan yang akan disampaikan (berdasarkan hasil survey) | 1. Mengapa harus menyeberang dengan benar 2. Cara menyeberang dengan benar agar terhindar dari kecelakaan 3. ... |
| Perlengkapan | 1. Skenario 2. karakter tokoh 3. Kostum tokoh (boneka) 4. Setting (panggung, suasana, ...) 5. Alat pendukung (lagu, musi, tari, ...) 6. Pemain 7. Hadiah untuk kuis 8.... |
| | |
| | |
| | |
| | |

Bank keselamatan dan kesehatan

A. Pokok Bahasan

Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama

B. Sub Pokok Bahasan

Peran PMR Wira dalam pelayanan Pertolongan Pertama

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta dapat meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, dan kesadaran untuk terlibat dalam kegiatan pelayanan Pertolongan Pertama dilingkungan keluarga, sekolah, dan remaja
2. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam menciptakan lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja yang aman dan sehat (dari kecelakaan dan penyakit)
3. Peserta dapat meningkatkan perannya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan, serta pelayanan Pertolongan Pertama di lingkungan keluarga, sekolah, dan remaja
4. Peserta dapat meningkatkan keterlibatan teman sebaya dalam proses pengambilan keputusan dan respon terhadap masalah keamanan dan kesehatan
5. Peserta dapat menjadi pendidik remaja sebaya

D. Sasaran

PMR Wira

E. Waktu

8 x 45 menit

F. Metode

Diskusi, presentasi

G. Media

Alat tulis, alat gambar, flipchart

H. Proses Pembelajaran

1. Pengantar

Fasilitator menjelaskan kepada peserta bahwa pada pertemuan ini peserta akan membuat daftar keselamatan dan kesehatan untuk membantu orang tua, guru, dan teman-teman menjaga agar lingkungan sekolah dan keluarga selalu aman dan sehat

2. Kegiatan Belajar

- a. Fasilitator menuliskan topik-topik sebagai acuan penyusunan daftar keselamatan dan kesehatan, minta pendapat peserta apakah ada yang perlu ditambahkan
- b. Fasilitator membagi peserta menjadi beberapa kelompok sesuai jumlah topik yang akan dibahas
- c. Setiap kelompok membuat daftar keselamatan dan kesehatan sesuai topik masing-masing
- d. Tiap kelompok mempresentasikan hasilnya
- e. Sepakati dan lengkapi berdasarkan masukan dari kelompok lain

- f. Gabungkan seluruh hasil diskusi dalam bentuk format/formulir/surat, sesuai kreatifitas

I. Penugasan

1. Perbanyak formulir tersebut
2. Bagikan kepada orang tua, guru, teman, atau masyarakat sekitar

Contoh

Bank Keselamatan dan Kesehatan

Yth Orang tua kami, Serignkali masalah kesehatan dan kecelakaan terjadi dirumah kita. Mohon memberi tanda ✓ pada pernyataan yang telah dilaksanakan, dan ✗ pada pernyataan yang belum dilaksanakan. Bicarakanlah dengan seluruh anggota keluarga bagaimana agar lingkungan rumah aman dan sehat.

Terima kasih telah menjaga kami agar tetap amandan sehat ☺

Apakah rumah kita mempunyai ciri-ciri rumah yang aman dan sehat?

- mempunyai ventilasi (saluran udara)
- mempunyai saluran pembuangan air
- ...
- ...
- ...

Apakah anggota keluarga berperilaku hidup bersih dan sehat?

- cucitangan sebelum makan
- membuang sampah pada tempatnya
- ...
- ...
- ...

Apakah kita menyimpan barang-barang berbahaya dengan benar?

- tidak menyimpan/meletakkan obat-obatan atau benda-benda beracun dekat makanan
- menyimpan benda-benda berbahaya (misal pisau, perkakas, dll) jauh dari jangkauan anak-anak
- tidak menggunakan listrik dekat dengan air
- memeriksa secara berkala obat-obatan
- ...

Apakah kamar mandi aman dan sehat?

- secara berkala dibersihkan
- saluran air lancar
- ...
- ...
- ...

Apakah setiap anggota keluarga tahu apa yang harus dilakukan jika terjadi kecelakaan atau sakit?

- mempunyai daftar nomor telpon penting
- ...
- ...
- ...
- ...