

Water Safety Workshop for First Aid Supplies for Swimming Pool Accidents

Zakaria Wahyu Hidayat¹, Aditya Harja Nenggar², Faisol Hamid³, Mohammad Zaim Zen⁴, Yully Wahyu Sulistyo⁵

¹⁻⁵ Universitas PGRI Jombang

email: zakariahidayat11@gmail.com¹, aditya.nenggar77@gmail.com², faisoljombang786@gmail.com³, zaim.zen@stkipjb.ac.id⁴, yullywahyusulis@gmail.com⁵



<https://doi.org/10.36526/gandrung.v7i2.9109>

Abstract: *Water Rescue is a series of steps to help rescuers remember how to deal with water accidents. This method is often also known as the RTRGT method, which stands for Reach, Throw, Row, Go, and Tow. This method has been proven and is the most effective rescue method in providing assistance to victims who are threatened with drowning. Disasters or emergencies are events that are always unexpected by anyone, including rescuers / SAR teams. It requires a response or handling as soon as possible without forgetting the safety factor (self-safety). Therefore, basic water rescue abilities and skills should not only be possessed by those who work as SAR teams but everyone so that in the event of an emergency, the number of victims can be minimized. Good and correct rescue techniques not only make it easier for rescuers to carry out rescues but can also guarantee the safety of the rescuer himself. Many cases occur where the safety of the rescuer is threatened due to limited knowledge. Not infrequently, the rescuer has to lose his life because he was reckless in carrying out rescue actions only with the capital of swimming skills. Swimming ability is the main and most important capital in water rescue, but it must be noted that water rescue does not always require the rescuer to be in the water.*

Keyword: *Water, Rescue, Safety,*

Pendahuluan

Pelatihan teknis kemungkinan pencarian dan pertolongan akan dilaksanakan sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2017 tentang Pengembangan Kemungkinan Pencarian dan Pertolongan, Peraturan Badan Pencarian dan Pertolongan Nasional Nomor 4 Tahun 2018 tentang Standar Kompetensi Teknis Pencarian dan Pertolongan, Peraturan Badan Pencarian dan Pertolongan Nasional Nomor 5 Tahun 2018 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelatihan Teknis Kemungkinan Pencarian dan Pertolongan, dan Peraturan Direktur Jenderal Pencarian dan Pertolongan Nasional. Kemungkinan penyelamatan Badan penyelamat No. SK telah dilakukan. KBSN135/IX/BSN-2018 tentang Kurikulum dan Silabus Diklat Teknis Kemungkinan Pencarian dan Pertolongan serta Peraturan Badan Pencarian dan Pertolongan Nasional Nomor 8 Tahun 2018 tentang Sertifikasi Tenaga Pencarian dan Pertolongan. Salah satu cara untuk meningkatkan pelaksanaan pelatihan teknis tentang

kemungkinan pencarian dan penyelamatan adalah dengan menerbitkan materi pendidikan untuk pelatihan teknis tentang kemungkinan pencarian dan penyelamatan. Keberadaan materi pendidikan pelatihan teknis kemungkinan pencarian dan penyelamatan mempunyai nilai strategis karena menjadi bahan acuan baku dalam prosesnya. Mahasiswa akan mempelajari bagaimana mengimplementasikan kebijakan terkait pengembangan kemampuan pencarian dan penyelamatan berupa standarisasi pelaksanaan pelatihan teknis kemampuan pencarian dan penyelamatan.

Musibah atau suasana ketegangan adalah peristiwa yang selalu tidak diharapkan oleh siapapun tidak terkecuali oleh penolong (rescuer) / tim SAR. Dibutuhkan respon atau pengerjaan sesegera menerima pakai tidak mencupai factor keselamatan diri sendiri (safety self), kepada itu kemampuan dan ketrampilan dasar pertolongan air seharusnya tak hanya dimiliki oleh berjuang yang bekerja sebagai tim SAR menyeleksi semua orang sehingga bila kelahirannya suasana ketegangan bisa meminimalisir nilai sasaran. Teknik pengungsian yang tunduk dan tepat tidak semata-mata mempermudah penolong dalam melakukan penyelamatan namun juga bisa menjaga keselamatan si penolong itu sendiri. Banyak peristiwa yang kelahirannya dimana keselamatan si penolong terancam karena keterbatasan hemat yang dimiliki, tak jarang si penolong harus kehilangan nyawa karena nekat melakukan tindakan penyelamatan hanya dengan modal kemampuan renang. Kemampuan renang mengadakan modal dasar dan terpenting dalam tindakan pertolongan air, namun harus diperhatikan tak selamanya pertolongan air mengharuskan si penolong berada di dalam air. Berdasarkan preferensi penyelamatan, tindakan pertolongan yang mengikat si jongs harus bersemayam di bagian dalam air berada di urutan terakhir. Oleh karena itu, utamakan keselamatan si penolong terlebih dahulu kemudian selamatkan orang lain (korban).

Didalam materi dasar penyelamatan dijelaskan bahwa, teknik yang digunakan kepada memelihara berterima dekat keselamatan kepada bisa bertindak, pakai keselamatan bisa dipilih sifat pengerjaan secara tepat. Pertolongan di air (Water Rescue) adalah tahapan atau langkah kepada memudahkan para penolong mengingat bagaimana cara menghadapi ketika terjadi risiko di air. Metode ini sering juga dikenal dengan metode RTRGT yang mengadakan singkatan dari Reach, Throw, Row, Go dan Tow, susunan ini taksiran ternyata dan merupakan cara penyelamatan paling bermanfaat dalam memberikan pertolongan untuk korban yang terancam dari bahaya tenggelam.

Metode

Metode penyelamatan air adalah langkah/urutan tindakan yang dilakukan oleh petugas penyelamat jika terjadi kecelakaan di bawah air. Cara ini merupakan cara penyelamatan yang paling

efektif dalam membantu korban yang berisiko tenggelam. Ada beberapa cara untuk memberikan bantuan jika terjadi kecelakaan air. Agar lebih mudah diingat, metode ini diurutkan secara sistematis dari tindakan yang paling kecil risikonya hingga langkah tambahan yang paling berisiko: R (Reach) - T (Throw) - R (Row) - G (Go) - T (Tow).

- 1) **Reach.** Pertolongan ini dilakukan dari darat/ pinggir kolam. Bantuan pertolongan dengan cara menjangkau atau meraih korban. Petugas penyelamat dapat melakukan:
 - a. Perpanjang jangkauan dengan galah, kayu panjang, dll.
 - b. Teriakan, bicara pada korban.
 - c. Menjangkau atau meraih dengan tangan, dan memastikan diri dalam posisi aman.
 - d. Amankan korban, pastikan korban sudah berpegangan pada dermaga, pinggiran kolam atau tepian air.
 - e. Pertolongan ditempat yang dangkal dapat dilakukan dengan metode rantai manusia
- 2) **Throw.** Metode Throw yaitu pertolongan menggunakan alat apung yang ada dengan cara melempar ke posisi korban dari daerah yang aman:
 - a. Alat yang digunakan adalah ring buoy atau benda apung lainnya.
 - b. Dengan menggunakan tali yang terikat pada alat yang akan dilempar atau tanpa menggunakan tali.
- 3) **Row.** Row yaitu penyelamat harus mendekati korban dengan menggunakan kapal kecil (perahu, kano, papan selancar atau perahu karet). Setelah dekat dengan posisi korban kembali menggunakan metode Reach atau Throw. Jika sudah dapat meraih korban, yakinkan korban sudah mendekati tepi kolam atau sdh berada pada tepi dinding kolam baru kemudian korban dinaikkan ke darat atau keluar dari air.
- 4) **Go.** Langkah ini adalah pilihan terakhir yang dilakukan karena tidak tersedianya alat yang dipergunakan untuk mendekat dan posisi korban jauh atau berada di tempat yang tidak memungkinkan. Tujuannya adalah memberikan bantuan/ alat apung kepada korban agar tetap dapat mengapung. Penolong harus kontak langsung dengan korban, untuk menghindari kondisi yang buruk bagi penyelamat, pengetahuan dan keterampilan *defend dan release* harus dikuasai. Penolong berenang mendekati korban dengan membawa alat apung untuk memberikan pertolongan. Setelah berhasil memberikan alat apung kepada korban, penolong dapat kembali ke posisi aman atau menuju posisi aman bersama korban.
- 5) **Tow/Carry.** Paling neresiko tinggi untuk penolong karena harus berkontak langsung dengan korban.

Metode ini mempunyai 2 kelemahan, yaitu :

- 1) Keberhasilannya tergantung tingkat kesadaran korban, tidak demikian buat yang tidak sadar.
- 2) Alat apung hanya sebagai pertolongan awal, korban masih belum dalam lokasi aman.

Langkah-langkah Menanggapi Keadaan Darurat.

- a. Kenali (Recognition). Dalam keadaan darurat waktu sangat berharga, semakin dini mengenali tanda orang yang akan tenggelam, semakin besar kemungkinan untuk menyelamatkannya.
- b. Penilaian (Assessment). Menentukan langkah yang dibutuhkan dalam usaha menolong korban dengan memperhatikan kondisi lingkungan

Adapun peranan dari masing-masing :

1. Zakaria W.H. Sebagai Perancang pengabdian sekaligus ketua Pelaksana
2. Faisol H. dan M. Zaim Z Sebagai Eksekutor dan pemateri Kolam Renang
3. Aditya H.N. dan Yully W.S. Sebagai Eksekutor dan pemateri dikelas

Hasil dan Diskusi

Penyelamatan di air atau Water Rescue menakhlikkan suatu proses pertolongan/evakuasi yang dilakukan di air. Atau suatu gerakan penyelamatan secara praktis dan efisien, jiwa orang dan segala sesuatu yang berfaedah yang berada dalam situasi mengkhawatirkan di air, yang juga merupakan salah satu kemampuan dasar bagi seorang petugas penyelamatan.

Kemampuan pokok penyelamatan di air adalah hal penting yang harus dikuasai oleh seorang petugas penyelamatan (rescuer) untuk bisa menolong peserta publik yang sedang tertimpa musibah / bencana di air (tenggelam).

Untuk bisa menjadi seorang penyelamat yang mampu melakukan tugas penyelamatan di air syarat wajib yang harus dimiliki adalah :

- Bisa berenang
- Berani
- Punya niat
- Sehat tubuh dan rohani
- Percaya diri
- Punya kemampuan untuk menolong (berpengetahuan)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), proses adalah cara (kualifikasi dan sebagainya) membuat atau melakukan sesuatu yang berhubungan dengan seni, metode atau sistem melakukan jasad. Adapun persepsi proses memercayai getah perca elemen jarak lain:

- a. Menurut L. James Havery (2000) proses adalah prosedur teratur dan rasional kepada mengagendakan suatu urutan unsur yang berpegangan tangan esa tambah yang lainnya tambah cita kepada berjalan seperti suatu defile bagian dalam tumpuan menjemput suatu sasaran yang nyana ditentukan.
- b. Menurut John Mc Manama (2010) Teknik adalah sekarakter wujud konseptual yang reguler bersumber keistimewaan-keistimewaan yang saling berpegangan tangan yang berlaku seperti suatu defile organik kepada menjemput Suatu hasilyang diinginkan.

Teknik penyingkiran yang tunduk dan cocok tidak semata-mata melancarkan pendamping bagian dalam mengamalkan penyingkiran namun juga bisa menyelamatkan ketenangan si pendamping itu sendiri. Kegiatan workshop water rescue dilaksanakan di kampus Universitas PGRI Jombang di Jl. Pattimura III, No.20 Sengon, Kec. Jombang, Kab. Jombang. Workshop water rescue di selenggarakan pada tanggal 6-7 Mei 2026. Kegiatan ini diikuti oleh 98 peserta yaitu dari mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Jombang angkatan 2025. Pada pelatihan Pelatih Renang tingkat dasar dilaksanakan dalam pretest, materi pengenalan keselamatan, teknik penyelamatan (RTGT), dan praktik penyelamatan korban.



Gambar 1. peserta melakukan pretest

Pada hari pertama, instruktur melakukan pretest kepada semua peserta. Dimana tujuandalam pretest ini adalah mengetahui tingkat pemahaman peserta dalam memahami penyelamatan di air. Dengan mengetahui tingkat kemampuanpeserta, instruktur bisa menyampaikan materi yang lebih detail dan memberikan pemahamancara penanganan penyelamatan korban yang benar. Instruktur memberikan materi apa saja yang harus dilakukan oleh penyelamat ketika ada korban tenggelam, alat-alat apa saja yang bias dan harus digunakan ketika terjadi korban korban tenggelam dan teknik apa saja yang digunakan ketika menolong korban tenggelam. Penting untuk mengetahui penyebab orang tenggelam sebagai Langkah awal untuk melakukan penyelamatan, penyebabnya antara lain :

1. Tidak bisa berenang
2. Kram/kejang otot
3. Panik
4. Faktor Kesehatan

Sebagai penyelamat dalam melakukan penyelamatan selalu dianjurkan menggunakan alat bantu, namun demikian seorang penyelamat harus siap untuk melakukan penyelamatan dengan atau tanpa alat bantu.

Prinsip seorang penyelamat harus masuk air untuk membuat penyelamatan hanya sebagai pilihan terakhir dan hanya jika ia atau dia adalah penyelamat terlatih(dengan kemampuan renang yang memadai). Sedapat mungkin, menyelamatkan harus dilakukan dari daratan.



Gambar 2. peserta melakukan pemanasan)

Pada hari kedua ini dibagi menjadi 3 sesi, yang pertama instruktur memberikan materi tentang alat-alat yang digunakan pada saat menolong korban tenggelam seperti pelampung, dan alat-alat bantu lain yang bias digunakan untuk korban mengapung, selanjutnya peserta diberi arahan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum masuk kedalam air, setelah peserta pemanasan instruktur menjelaskan metode pertolongan di air adalah tahapan/ urutan tindakan yang diambil petugas penyelamat ketika menghadapi kecelakaan di air. Metode ini merupakan cara penyelamatan yang paling efektif dalam memberikan pertolongan kepada korban yang terancam dari bahaya tenggelam. Ada beberapa metode memberikan pertolongan pada kecelakaan di air. Untuk memudahkan ingatan kita maka metode ini ditata secara sistematis dari tindakan yang paling kecil risikonya hingga langkah pertolongan yang penuh resiko, yaitu R (Reach) – T (Throw) – R (Row) – G

(Go) – T (Tow). Dilanjutkan dengan cara mengenali langkah-langkah yang diambil saat terjadi korban tenggelam.



Gambar 3. Peserta berpasangan mempraktekkan gerakan secara bergantian

Selanjutnya peserta di diminta untuk berpasangan salah satu dari peserta berperan sebagai korban dan peserta yang lain menjadi penolong kemudian mereka bertukar peran agar sama-sama merasakan bagaimana mereka menjadi penolong dan korban.

Dari hasil test praktek tersebut akan di nilai oleh para instruktur dan nilai akan di gabungan dengan nilai teori yang lebih awal dilakukan. Peserta yang mempunyai nilai total sesuai standar penilaian akan mendapatkan sertifikat.

Harapan dilaksanakannya workshop ini agar para mahasiswa yang mengikuti workshop memiliki bekal, pengetahuan dan pengalaman dalam bertindak saat terjadi korban tenggelam terutama pada saat mengajarkan materi pembelajaran renang disekolah nantinya.

Kesimpulan

Workshop water rescue merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada para mahasiswa dan masyarakat umum. Sasaran dalam kegiatan workshop ini yaitu adalah pegiat olahraga renang, guru PJOK dan mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Jombang Peserta dapat memahami tentang teori dan praktek dalam menghadapi situasi korban tenggelam.

Daftar Referensi

- Aunurrahman, D. (2009). Belajar dan pembelajaran. Bandung: Alfabeta
- Alfyanti, A., Siregar, FH, Padang, IN, Ginting, JR, Melati, SA, & Siregar, FS (2024). Pentingnya Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi Anak Sekolah Dasar. Jurnal Pendidikan Transportasi dan Bisnis, 1(1), 26-33.
- Bafadal. (2005). Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan. Jakarta: Ghailia Indonesia Printing
- <https://jejakdigital.net/materi-dasar-latihan-penyelamatan-di-air/> diakses pada 23/06/2026
- <https://pusdikjas.tni-ad.mil.id/file-pdf/1.%20DIKSAR%20TNI%20AD/C.%20TEKNIK%20SAR%20DI%20AIR/1.%20TEKNIK%20SAR%20DI%20AIR%20-%20Pertolongan%20Di%20Air.pdf> diakses pada 23/06/2026
- Imansyah, F. (2016). Renang III. Banyuasin: Excellent Publishing
- Kurniawan, F. (2011). Buku Pintar Olahraga. Jakarta: Laskar Aksara
- Rahmani, M. (2014). Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta: Dunia Cerdas
- Sutanto, T. (2016). Buku Pintar Olahraga. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Thomas, D. G. (2007). Renang Tingkat Mahir. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Peraturan Badan Pencarian dan Pertolongan Nasional Nomor 4 Tahun 2018
- Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2017