

PENGEMBANGAN VIDEO INTERAKTIF SEBAGAI MEDIA EDUKASI PENANGANAN HENTI JANTUNG SAAT OLAHRAGA

Fahira Alhamid^{1*}, Irving Vitra Paputungan², Alfian N Asyhar³

^{1,2,3} Universitas Islam Indonesia, Indonesia

*Corresponding author: 20523168@students.uii.ac.id

Abstract: Exercise is widely recognized for its health benefits. However, cases of sudden death still occur among individuals who engage in regular physical activity. *Sudden cardiac arrest* (SCA) is a condition in which the heart suddenly stops beating due to electrical disturbances, leading to impaired blood circulation. A swift response and a clear understanding of emergency procedures, including using an *Automated External Defibrillator* (AED), can be crucial in determining survival outcomes. Therefore, raising awareness and preparedness in handling such emergencies is essential to creating a safer sports environment. This study uses the ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) method to develop an interactive video as an educational tool. The evaluation results indicate that the interactive video effectively conveys information to the audience. Key aspects such as video relevance, message clarity, content alignment, visual quality, and overall professionalism received high ratings, demonstrating the video's effectiveness as an educational medium.

Keywords: ADDIE, Automated External Defibrillator (AED), Cardiac Arrest, Exercise, Interactive Video.

Abstrak: Olahraga diakui sebagai aktivitas yang bermanfaat bagi kesehatan. Namun, kasus kematian mendadak masih terjadi pada individu yang rutin berolahraga. Henti jantung atau *sudden cardiac arrest* (SCA) adalah kondisi di mana denyut jantung berhenti secara tiba-tiba akibat gangguan listrik pada jantung, yang menyebabkan terganggunya aliran darah. Respons cepat dan pemahaman terhadap prosedur pertolongan pertama, termasuk penggunaan *Automated External Defibrillator* (AED), dapat menjadi faktor penentu keselamatan. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran dan kesiapsiagaan masyarakat dalam menangani kondisi ini sangat penting untuk menciptakan lingkungan olahraga yang lebih aman. Penelitian ini bertujuan mengembangkan video interaktif sebagai media edukasi menggunakan metode ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Pengujian terhadap video interaktif yang dikembangkan menunjukkan bahwa video ini memiliki kualitas tinggi dalam menyampaikan informasi kepada audiens. Aspek seperti kesesuaian video, kejelasan pesan, relevansi konten, serta kualitas visual dan profesionalitas memperoleh skor tinggi, membuktikan bahwa video ini efektif sebagai alat edukasi.

Kata Kunci: ADDIE, Automated External Defibrillator (AED), Henti jantung, Olahraga, Video Interaktif.

Copyright (c) 2025 The Authors. This is an open-access article under the CC BY-SA 4.0 license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

PENDAHULUAN

Olahraga dikenal luas sebagai aktivitas yang bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental. Namun, dibalik manfaatnya, terdapat risiko yang jarang disadari, yakni kejadian *sudden cardiac arrest* (SCA) atau henti jantung mendadak yang dapat terjadi saat atau

setelah berolahraga, bahkan pada individu yang rutin beraktivitas fisik, termasuk atlet profesional (Yusni, 2020). Henti jantung adalah suatu keadaan berhentinya denyut jantung mendadak yang disebabkan karena terjadinya gangguan pada aliran listrik yang ada di jantung, sehingga berakibat terhadap terjadinya hambatan pada aktivitas pemompaan darah yang berujung pada berhentinya sirkulasi darah didalam tubuh.

Angka kejadian Henti Jantung di Indonesia tercatat di IHME (*Institute for Health Metrics and Evaluation*) kasus kematian akibat henti jantung sebanyak 251,09 per 100.000 orang pada 2023. Jumlah itu meningkat 1,25% dibandingkan setahun sebelumnya yang sebanyak 247,99 kematian per 100.000 penduduk (Sholikhah et al., 2024). Para ahli kedokteran olahraga menyebutkan bahwa henti jantung saat melakukan olahraga umumnya terjadi pada mereka yang memiliki riwayat penyakit jantung namun mereka tidak mengetahui atau tidak menyadarinya (Yusni et al., 2024).

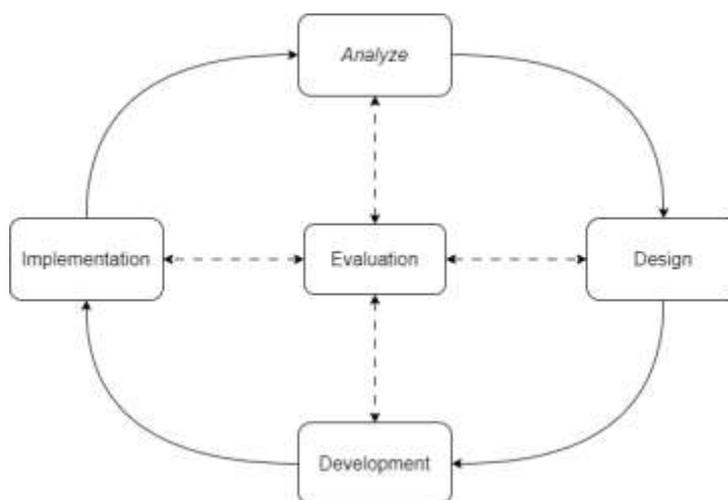
Data terkini menunjukkan bahwa sebagian besar kasus *Out-of-Hospital Cardiac Arrest* atau OHCA terjadi di luar fasilitas kesehatan, dan tingkat kematian hampir mencapai 90%. Selain itu, korban dengan indikasi OHCA mengalami penurunan tingkat keberlangsungan hidup sebesar 7-9% setiap menitnya jika tidak mendapatkan tindakan Resusitasi Jantung Paru (Wenny Rasmawati Simamora et al., 2023). Peningkatan literasi dan keterampilan resusitasi jantung paru (RJP) di kalangan masyarakat menjadi langkah krusial dalam mengurangi fatalitas akibat SCA. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelatihan CPR kepada orang awam sangat bermanfaat, karena teknik yang benar dapat meningkatkan peluang kelangsungan hidup korban (Firdasari et al., 2023). Penanganan kasus kegawatdaruratan henti jantung diperlukan usaha untuk mengembalikan dan mempertahankan fungsi vital organ pada korban henti jantung maupun henti nafas. Penanganan kegawatdaruratan yang tepat akan meningkatkan tingkat survial penderita kasus henti jantung (Lutfi & Mayangsari, 2024). Metode edukasi konvensional, seperti pelatihan tatap muka dan materi cetak, sering kali memiliki keterbatasan dalam hal jangkauan, efektivitas, dan daya tarik. Oleh karena itu, pengembangan video interaktif menjadi solusi yang lebih efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan darurat, terutama terkait CPR dan penggunaan AED (*Automated External Defibrillator*) (Purwacaraka et al., 2023). Upaya peningkatan kemampuan masyarakat awam dalam melakukan resusitasi dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan dengan menggunakan video sesuai standar resusitasi milik *American Heart Association* (Kusyani

& Ana, 2023). Konsep dasar dari video interaktif termasuk interaktivitas, multimedia, dan partisipasi pengguna dalam pengalaman belajar (Fauziyyah et al., 2022).

Video interaktif menawarkan keunggulan dibandingkan metode edukasi lainnya karena dapat menyajikan informasi secara visual, menarik, dan mudah dipahami oleh berbagai kelompok masyarakat. Tidak hanya sebagai media pasif, video interaktif memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi langsung dalam simulasi skenario darurat, menjawab pertanyaan, serta mengambil keputusan, sehingga meningkatkan pemahaman dan keterampilan praktis. Penggunaan video sebagai alternatif pembelajaran dapat membantu mengatasi hasil belajar yang buruk, termasuk penguasaan konsep materi (Ahmad Fahrudin, 2022). Konsep seperti visualisasi konsep abstrak, penyesuaian belajar individual, dan penggunaan skenario interaktif dapat meningkatkan kualitas pembelajaran (Pratiwi et al., 2024). Peneliti memilih metode pengembangan ADDIE dalam penelitian ini, karena memiliki keunggulan dalam tahapan kerjanya yang sistematis, yang memungkinkan produk yang dihasilkan menjadi sah dan setiap langkah dievaluasi dan direvisi (Rosmiati & Sitasi, 2019).

METODE

Metode pengembangan yang digunakan adalah ADDIE. Metode ADDIE yang terdiri dari lima tahap utama digunakan dalam penelitian ini. Untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang proses pengembangan, setiap tahap dijelaskan secara rinci (Juhaeni et al., 2023).



Gambar 1. Diagram ADDIE

Analyze (Analisis)

Tahap ini bertujuan untuk menentukan kebutuhan penelitian, batasan, serta sumber daya yang tersedia. Analisis dilakukan pada beberapa aspek utama:

Variabel Penelitian

Variabel penelitian yang diteliti oleh peneliti ini adalah video edukasi tentang penanganan awal korban henti jantung, yang merupakan sebuah media edukasi dalam bentuk audio visual. Video ini terdiri dari beberapa *scene* yang terdiri dari gambar, teks, dan audio.

Analisis Kebutuhan

Data mengenai tingkat pengetahuan dan keterampilan dalam menangani henti jantung saat berolahraga dikumpulkan melalui kuisisioner dengan bantuan *google form*. Sebanyak 71 responden diberikan kuisisioner secara daring untuk mengetahui sejauh mana mereka memahami prosedur CPR dan penggunaan AED sebelum dan sesudah menonton video.

Analisis Audiens

Audiens utama dalam penelitian ini terdiri dari atlet, pelatih, dan masyarakat umum yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Pemilihan responden didasarkan pada keterlibatan mereka dalam aktivitas fisik serta kebutuhan mereka terhadap pengetahuan dasar tentang penanganan henti jantung. Mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 18–25 tahun (50,7%), diikuti oleh kelompok usia 26–35 tahun (29,6%). Responden dengan usia lebih dari 45 tahun mencakup 9,9%, sementara kelompok usia 36–45 tahun serta di bawah 18 tahun masing-masing hanya sebesar 4,2% dan 4,4%. Dari segi jenis kelamin, distribusi responden hampir seimbang, dengan perempuan sebesar 52,1% dan laki-laki 47,9%. Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas responden adalah pelajar atau mahasiswa (28,2%), diikuti oleh masyarakat umum (26,8%). Profesi seperti tenaga kesehatan, pelatih, dan atlet memiliki persentase yang sama (8,5%), sementara profesi lainnya, termasuk karyawan, PNS, dan wiraswasta, memiliki persentase di bawah 5%.

Analisis Konteks

Mengidentifikasi situasi dan kondisi yang dapat menyebabkan penanganan henti jantung, serta sumber daya yang tersedia. Konteks penelitian ini berfokus pada bagaimana

memberikan solusi praktis untuk mengatasi kendala tersebut melalui penggunaan video interaktif.

Design (Desain)

Tahap desain bertujuan untuk merancang struktur dan strategi pembelajaran dalam video interaktif, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

Perancangan Tujuan Pembelajaran

Penyusunan konten video mencakup teori dan teknik penanganan henti jantung serta tujuan pembelajaran yang terukur.

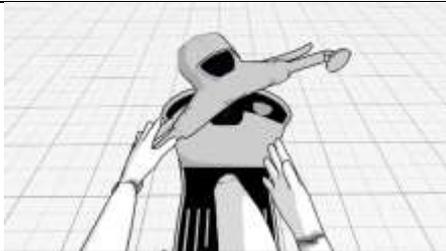
Strategi Pembelajaran

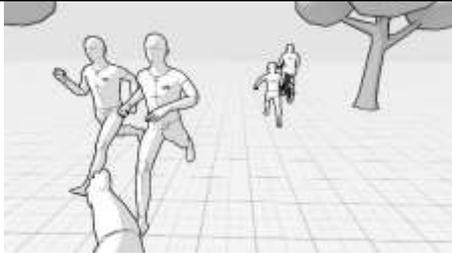
Untuk video interaktif tentang penanganan henti jantung, peneliti memilih untuk menggunakan strategi demonstrasi langsung diikuti dengan simulasi interaktif di mana pengguna harus mengidentifikasi tindakan yang benar dalam skenario darurat.

Pembuatan *Storyboard*

Untuk membantu proses produksi video, *storyboard* harus digunakan untuk menggambar sketsa tiap adegan yang menunjukkan urutan tindakan CPR dan penggunaan AED, seperti gambar sederhana dari seseorang yang tiba-tiba jatuh pingsan dapat digunakan sebagai ilustrasi.

Tabel 1. Alur Video Interaktif Penanganan Awal Henti Jantung

Scene	Gambar	Keterangan
Scene 1		Si Rehan, si Fadlan dan si Danang duduk santai bersama. Kemudian si Rehan melihat yang sedang viral akhir-akhir ini yaitu olahraga lari dan ia memutuskan untuk mengajak Fadlan dan Danang
Scene 2		Transisi ke luar rumah dan perjalanan ke tempat tujuan. Rehan mengenakan sepatu olahraga, keluar rumah, dan berangkat dengan motor menuju tempat berkumpul.

Scene 3		Melakukan pemanasan sebentar namun Rehan melakukannya dengan setengah hati dan mulai melakukan lari. Setelah lari beberapa saat kemudian istirahat sebentar
Scene 4		Tidak lama kemudian, Fadlan dan Danang melihat Rehan terjatuh setelah memutuskan lanjut lari lagi. Fadlan dan Danang berlari cepat mendekati Rehan yang terbaring lemah di tanah
Scene 5		Si Rehan terbaring lemah, napas tersengal. Fadlan dan Danang harus segera bertindak. Pilihan: <ul style="list-style-type: none">• Periksa respon si Rehan (ingin melakukan CPR/tidak ingin melakukan CPR)• Panggil bantuan segera (lakukan tindakan segera/tetap tenang sampai petugas datang)

Development (Pengembangan)

Proses pembuatan video interaktif berdasarkan desain yang telah dibuat, termasuk pembuatan konten, animasi, dan elemen interaktif yang mendukung pembelajaran, dikenal sebagai tahap pengembangan. Pada penelitian ini menggunakan beberapa alat dan bahan yang terdiri dari perangkat keras dan perangkat lunak untuk memudahkan proses penelitian. Berikut merupakan beberapa alat dan bahan penelitian yang ada: a) Kamera digunakan untuk merekam adegan dalam bentuk video selama proses pembuatan video; b) Laptop sebagai alat untuk proses *edit* video; c) Filmora sebagai *software* untuk keperluan *editing* video.

Merekam video berkualitas tinggi untuk menunjukkan setiap tahap penanganan henti jantung dengan jelas, lalu mengedit video sesuai dengan *storyboard*. Menggunakan elemen interaktif seperti animasi dan grafis untuk menjelaskan konsep yang kompleks dan menunjukkan prosedur langkah demi langkah. Animasi sederhana yang menunjukkan aliran darah yang dipompa oleh jantung selama kompresi dada. Untuk mengumpulkan tanggapan awal, maka dilakukan uji coba video pada kelompok kecil orang.

Implementation (Implementasi)

Pada tahap implementasi, video interaktif didistribusikan ke audiens melalui *platform* seperti YouTube dan aplikasi ponsel untuk memastikan aksesibilitas yang luas. Selain itu, strategi promosi diterapkan guna meningkatkan jangkauan dan efektivitas penyebaran video. Salah satu strategi yang digunakan adalah kolaborasi dengan organisasi olahraga dan komunitas kesehatan untuk memperkenalkan dan merekomendasikan video ini kepada target audiens yang lebih luas. Kampanye media sosial juga dilakukan melalui *platform* seperti Instagram, Facebook, dan WhatsApp dengan membagikan cuplikan video, infografis edukatif, serta testimoni pengguna. Melalui pendekatan ini, diharapkan lebih banyak orang dapat mengakses dan memanfaatkan video interaktif sebagai sumber pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kesiapsiagaan terhadap henti jantung saat berolahraga. Data mengenai penggunaan dan efektivitas video dikumpulkan untuk mengevaluasi sejauh mana video ini dapat meningkatkan pemahaman dan kesiapan audiens dalam menghadapi situasi darurat.

Evaluation (Evaluasi)

Tahap evaluasi adalah proses mengevaluasi seberapa efektif video interaktif dan melakukan perbaikan jika perlu yang terdiri dari evaluasi formatif dengan cara menguji coba video pada kelompok kecil orang untuk mengumpulkan umpan balik awal dan membuat perubahan sesuai dengan temuan, evaluasi sumatif dengan cara menggunakan tes akhir dan survei kepuasan pengguna untuk mengevaluasi dampak dan keberhasilan video setelah dirilis dan analisis data evaluasi untuk mengevaluasi keberhasilan tujuan pembelajaran dengan menganalisis data pengguna.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan kesiapsiagaan masyarakat terhadap penanganan henti jantung saat berolahraga masih tergolong rendah. Dari 71 responden yang terdiri dari atlet, pelatih, dan masyarakat umum yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, sebanyak 69% belum pernah mengikuti pelatihan formal terkait resusitasi jantung paru (CPR) dan penggunaan *Automated External Defibrillator* (AED). Selain itu, 46,5% responden mengaku kurang familiar dengan langkah-langkah CPR dan penggunaan AED, sementara 90,1% tidak memiliki

pengalaman langsung dalam menangani situasi darurat henti jantung. Meskipun demikian, mayoritas responden (77,5%) menyadari pentingnya pengetahuan ini, meskipun hanya 36,6% yang rutin berolahraga. Hasil ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kesadaran akan pentingnya keterampilan CPR dan tingkat kesiapsiagaan yang sebenarnya. Selain itu, meskipun 69% responden belum pernah menggunakan video interaktif sebagai media pelatihan, mayoritas memiliki harapan besar terhadap efektivitas metode ini dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka.

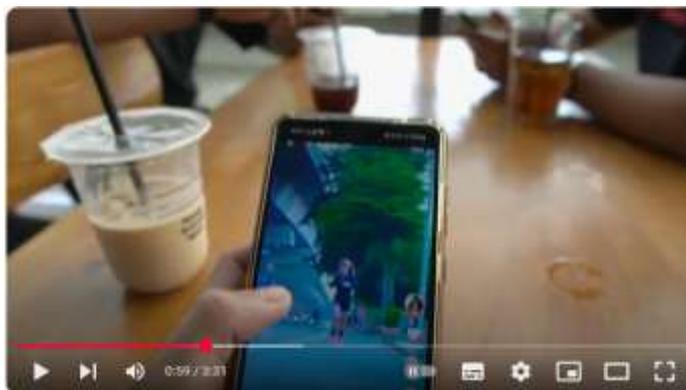
Untuk mengevaluasi efektivitas video ini, dilakukan perbandingan antara tingkat pemahaman responden sebelum dan sesudah menonton video. Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman mereka terhadap langkah-langkah penanganan henti jantung. Setelah menonton video, sebanyak 83,1% responden menyatakan lebih memahami prosedur CPR dan penggunaan AED dibandingkan dengan hanya 46,5% sebelum menonton. Selain itu, 79,2% responden merasa lebih siap dalam menghadapi situasi darurat henti jantung, sementara 88,7% menilai bahwa video interaktif ini efektif dalam menyampaikan materi secara jelas dan menarik.

Setelah melakukan pengumpulan data yang akan digunakan sebagai landasan pembuatan video interaktif sesuai dengan kebutuhan dan *storyboard* yang sudah dirancang maka dibuatlah video tersebut. Hasil dari penelitian ini adalah media pembelajaran tentang penanganan awal korban henti jantung yang terdiri dari hasil kajian produk berupa video dan hasil penilaian uji validitas video yang dinilai oleh ahli media dan ahli materi. Video ini terdiri dari beberapa *scene* dan mempunyai total durasi 54 menit 27 detik. Video ini melibatkan 3 pemeran yaitu Rehan, Fadlan dan Danang. Pada awal video terdapat judul terkait penelitian ini untuk memberitahukan kepada penonton mengenai alur singkat video seperti ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Tampilan *Intro* Video

Pada *scene* pertama, Rehan, Fadlan, dan Danang terlihat sedang duduk santai bersama di sebuah ruang terbuka yang nyaman. Ketiganya tampak asyik berbincang dan sesekali tertawa santai. Di sela-sela percakapan, Rehan memegang ponselnya dan memperhatikan sesuatu dengan serius. Ternyata, ia sedang melihat berita yang sedang viral akhir-akhir ini, yaitu tentang tren olahraga lari yang semakin populer di kalangan masyarakat. Dengan nada semangat, ia mengajak kedua temannya untuk bergabung dan merasakan manfaat serta keseruan dari aktivitas tersebut seperti ditunjukkan pada Gambar 3.



Gambar 3. Tampilan *Scene* Pertama

Pada *scene* kedua, kamera mengikuti transisi dari dalam rumah ke luar, memperlihatkan suasana pagi yang cerah. Rehan terlihat mengenakan sepatu olahraga dan pakaian yang nyaman untuk berlari. Ia melangkah keluar dari rumah dengan semangat, tampak siap untuk memulai kegiatan olahraga. Selama perjalanan, kamera menyorot suasana kota yang mulai ramai, dengan Rehan yang mengendarai motor dengan hati-hati, melewati jalanan yang cukup sibuk namun tetap fokus pada tujuannya seperti ditunjukkan pada Gambar 4.



Gambar 4. Tampilan *Scene* Kedua

Pada *scene* ketiga, Rehan, Fadlan, dan Danang sudah tiba di tempat berkumpul, sebuah area terbuka yang cocok untuk berlari. Mereka mulai melakukan pemanasan ringan untuk mempersiapkan tubuh sebelum berlari. Rehan, meskipun ikut bergabung dalam pemanasan, tampak melakukannya dengan setengah hati. Ia hanya melakukan gerakan pemanasan secara cepat tanpa terlalu fokus, sementara Fadlan dan Danang tampak lebih serius dan terfokus pada setiap gerakan. Setelah beberapa menit pemanasan, Rehan terlihat mulai merasa tidak sabar dan langsung melanjutkan ke aktivitas utama, yaitu lari. Ia mulai berlari dengan semangat, namun setelah beberapa saat berlari, terlihat jelas kelelahan mulai muncul di wajahnya. Rehan menghentikan larinya sejenak dan mengambil napas panjang, memutuskan untuk beristirahat sejenak di pinggir jalan. Fadlan dan Danang yang mengikuti di belakangnya juga berhenti, sambil tersenyum melihat keadaan Rehan yang mulai kelelahan lebih cepat dari yang diperkirakan. Suasana ini memperlihatkan bahwa meskipun semangat awalnya tinggi, kondisi fisik Rehan mulai terasa tantangannya seperti ditampilkan pada Gambar 5.



Gambar 5. Tampilan *Scene* Ketiga

Pada *scene* keempat, setelah beberapa saat beristirahat, Rehan memutuskan untuk melanjutkan lari. Ia terlihat mencoba mengumpulkan tenaga dan kembali berlari, meskipun gerakannya mulai tampak kurang stabil. Tiba-tiba, tanpa diduga, Rehan terjatuh ke tanah dengan keras, terlihat terbaring lemah di tanah, tampak kesulitan bernapas dan tampak kelelahan yang sangat. Fadlan dan Danang yang menyaksikan kejadian itu segera terkejut dan berlari cepat menuju Rehan. Mereka berdua dengan panik mendekati Rehan yang terjatuh, dan dengan cepat memeriksa kondisinya. Fadlan langsung memeriksa pernapasan Rehan, sementara Danang tampak bingung dan khawatir, mencoba untuk menenangkan situasi. Mereka berusaha membantu Rehan untuk bangkit, namun terlihat jelas bahwa Rehan kesulitan untuk bergerak. Suasana yang

awalnya ceria dan penuh semangat kini berubah mendalam, dengan ketiganya dihadapkan pada situasi darurat yang tak terduga seperti ditampilkan pada Gambar 6.



Gambar 6. Tampilan *Scene* Keempat

Pada *scene* kelima, Rehan terbaring lemah di tanah, napasnya tersengal-sengal dan tubuhnya tampak sangat kelelahan. Fadlan dan Danang segera menyadari bahwa situasi ini cukup serius dan mereka harus segera bertindak. Dalam kepanikan, Fadlan yang pertama kali bergerak cepat. Ia memeriksa respon Rehan, mencoba untuk berbicara dengan suara lembut namun tegas, menanyakan apakah Rehan masih bisa merespons atau memberi tanda-tanda kesadaran. Sementara itu, Danang tampak kebingungan, mencoba tetap tenang dan berpikir cepat tentang langkah-langkah apa yang harus diambil. Dalam kondisi yang semakin genting, mereka memiliki dua pilihan penting:

Periksa respon Rehan: Jika Rehan masih merespons, Fadlan dan Danang perlu memutuskan apakah harus melakukan CPR (jika Rehan tidak bisa bernapas atau kehilangan kesadaran) atau memberi Rehan waktu untuk pulih secara perlahan.

Panggil bantuan segera: Fadlan menyadari bahwa jika situasinya lebih parah, mereka harus segera memanggil bantuan medis. Keputusan ini mengharuskan Danang atau Fadlan untuk segera menelpon nomor darurat dan meminta bantuan dari petugas medis.

Dengan napas Rehan yang semakin tersengal, keputusan cepat sangat diperlukan. Fadlan dan Danang harus memilih apakah melanjutkan upaya pertolongan pertama dengan CPR atau segera menghubungi bantuan untuk memastikan keselamatan Rehan.



Gambar 7. Tampilan *Scene* Kelima

Pada *scene* keenam, akhirnya Fadlan dan Rehan menelpon bantuan petugas medis dan petugas medis tersebut memberikan panduan untuk melakukan tindakan segera. Dalam *scene* ini terdapat pemeran tambahan yaitu dr. Alfian N Asyhar, AIFO-K sebagai petugas medis. Dr Alfian memberikan contoh dalam penanganan pertama terhadap korban henti jantung dari awal sampai selesai seperti ditunjukkan pada Gambar 8.



Gambar 8. Tampilan *Scene* Keenam

Pembahasan

Video interaktif ini terdiri dari beberapa *scene* dan mempunyai total durasi 22 menit 10 detik. Isi dari video tersebut membahas tentang definisi jantung dan anatomi dasar jantung, definisi henti jantung, penyebab henti jantung, tanda gejala henti jantung, cara meminta bantuan medis, cara pertolongan pertama yang dilakukan oleh orang awam dan cara pertolongan pertama yang dilakukan oleh tim medis. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi berbasis teknologi yang inovatif untuk meningkatkan literasi dan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi kondisi darurat ini. Temuan ini sejalan dengan penelitian Kusyani & Ana (2023) yang menyatakan bahwa kurangnya pelatihan formal berdampak pada rendahnya kesiapsiagaan masyarakat dalam menangani henti

jantung, serta Wenny Rasmawati Simamora et al. (2023) yang menekankan bahwa keterlambatan tindakan CPR dapat menurunkan tingkat keberlangsungan hidup korban sebesar 7-9% setiap menitnya.

Hasil pengujian video interaktif mengenai penanganan henti jantung saat berolahraga menunjukkan penilaian yang sangat baik secara keseluruhan dari berbagai aspek. Aspek kesesuaian video mendapatkan skor 4,75, mencerminkan relevansi tinggi terhadap tujuan edukasi. Azhar et al. (2024) menekankan bahwa pelatihan berbasis video dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai prosedur medis darurat dibandingkan dengan metode tradisional. Estetika dan profesionalitas video mencapai skor sempurna 5,0, menunjukkan kualitas visual yang menarik dan profesional. Aspek relevansi konten, kelengkapan dan durasi konten, serta rekomendasi untuk orang lain masing-masing mendapatkan skor 4,75, mengindikasikan bahwa video ini sangat relevan, informatif, dan layak direkomendasikan kepada audiens yang lebih luas. Hasil ini konsisten dengan penelitian Ahmad Fahrudin (2022), yang menunjukkan bahwa penggunaan video interaktif dapat meningkatkan pemahaman konsep abstrak dan keterampilan praktis melalui simulasi, serta Fauziyyah et al. (2022) yang menekankan bahwa partisipasi aktif dalam video interaktif dapat meningkatkan keterlibatan pengguna dalam proses pembelajaran. Kualitas visual, penyampaian pesan, dan kemudahan dipahami juga memperoleh skor tinggi, masing-masing 5,0, 4,50, dan 4,50, menunjukkan keberhasilan video dalam menyampaikan informasi secara jelas dan menarik. Hal ini sejalan dengan penelitian Baharuddin & Hatta (2024) yang menegaskan bahwa video interaktif dapat meningkatkan pemahaman, keterlibatan, serta kesiapan individu dalam menghadapi situasi darurat.

Di sisi lain, aspek seperti kejelasan dan pemahaman (4,0) serta kelengkapan dan kelayakan konten (3,66) mencerminkan bahwa meskipun video sudah cukup informatif, masih ada ruang untuk meningkatkan kelengkapan materi dan kejelasan informasi agar lebih mudah dipahami oleh audiens. Aspek interaktivitas (4,66) dan implementasi serta efektivitas (4,63) menunjukkan bahwa elemen interaktif dalam video berhasil meningkatkan keterlibatan audiens dan mendukung efektivitas pembelajaran. Penilaian terhadap aspek kesiapan dan kepercayaan diri (4,0) menunjukkan bahwa video ini telah membantu meningkatkan rasa percaya diri audiens dalam menangani situasi darurat, meskipun penguatan elemen praktis masih diperlukan. Secara keseluruhan, hasil

pengujian menunjukkan bahwa video ini sangat efektif dan memiliki potensi besar sebagai alat edukasi inovatif yang relevan dan bermanfaat, dengan beberapa saran perbaikan untuk lebih meningkatkan kualitasnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan dan pengujian yang telah dilakukan, penelitian ini menegaskan pentingnya edukasi masyarakat mengenai penanganan henti jantung, khususnya saat berolahraga. Meskipun hanya sebagian kecil responden yang pernah menghadapi situasi darurat henti jantung, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat umum mengenai prosedur CPR dan penggunaan AED masih rendah. Hal ini mengindikasikan perlunya strategi edukasi yang lebih efektif dan mudah diakses oleh masyarakat luas. Penelitian ini juga membuktikan bahwa media video interaktif memiliki potensi besar sebagai alat edukasi yang efektif. Dengan pendekatan yang menarik, mudah diakses, serta memadukan elemen visual dan interaktif, video interaktif mampu meningkatkan pemahaman dan kesiapan audiens dalam menghadapi kondisi darurat. Hasil pengujian menunjukkan bahwa setelah menonton video, mayoritas responden mengalami peningkatan pemahaman dan merasa lebih siap dalam melakukan tindakan pertolongan pertama pada kasus henti jantung. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa penggunaan media berbasis teknologi, seperti video interaktif, dapat menjadi solusi inovatif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, instansi kesehatan, lembaga pendidikan, serta komunitas olahraga disarankan untuk mengadopsi metode ini dalam program edukasi mereka. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar pengembangan video interaktif ini mencakup lebih banyak skenario kasus, menambahkan fitur simulasi yang lebih realistis, dan mengevaluasi efektivitasnya dalam jangka panjang guna memastikan dampak yang lebih berkelanjutan dalam meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat terhadap henti jantung.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahmad Fahrudin. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Video Pembelajaran Interaktif terhadap Hasil Belajar Fisika Siswa SMAN 1 Musi Rawas. *Pedagogika: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 1(1), 60–64. <https://doi.org/10.57251/ped.v1i1.209>
- Azhar, W. A., Safariyah, E., & Makiyah, A. (2024). Pengaruh edukasi kesiapsiagaan bencana melalui metode video animasi terhadap pengetahuan siswa. *Journal of Nursing Practice and Education*, 5(1), 79–85. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v5i1.1443>
- Baharuddin, B., & Hatta, H. (2024). Transformasi manajemen pendidikan: Integrasi teknologi dan inovasi dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran. *Jurnal Review*

- Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(3), 7355–7544.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i3.29703>
- Fauziyyah, I., Ika Purwaningsih, W., & Maryam, I. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Matematika Interaktif Berbasis Smart Apps Creator Pada Kelas VII. *EDUSAINTEK: Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 10(1), 132–153.
<https://doi.org/10.47668/edusaintek.v10i1.673>
- Firdasari, N., Santoso, B. R., & Gaghauna, E. E. M. (2023). Perbedaan Projected Motion dan Projected Still Media terhadap Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Non-Kesehatan tentang CPR. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(4), 1601–1608. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/pskm.v13i4.1402>
- Juhaeni, J., Zainiyati, H. S., & Safaruddin, S. (2023). Pengembangan Media Pembelajaran Mata Kuliah Teknologi Informasi Berbasis Learning Management System Pada Mahasiswa PGMI. *EDUSAINTEK: Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 10(3), 1015–1028. <https://doi.org/10.47668/edusaintek.v10i3.925>
- Kusyani, A., & Ana, K. D. (2023). *Pengaruh Pelatihan Resusitasi Jantung Paru Menggunakan Video Terhadap Sikap Kesiagaan Pertolongan Pertama Remaja Pada Pasien Henti Jantung*. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11 (1), 135–145.
- Lutfi, M., & Mayangsari, M. (2024). Pengaruh Edukasi Melalui Vidio Animasi Bantuan Hidup Dasar terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader dalam Mencegah Henti Jantung. *Journal of Bionursing*, 6(2), 231–241.
- Pratiwi, N. A., Sudirman, A., Marwati, S., & Kusumaningsih, D. (2024). Pengaruh Penggunaan Media Interaktif Terhadap Keaktifan Siswa Dalam Mata Pelajaran IPA., 3(1), 760–769.
- Purwacaraka, M., Erwansyah, R. A., & Hidayat, S. A. (2023). Video Edukasi Resusitasi Jantung Paru (RJP) dan Membuka Jalan Nafas Untuk Menambah Pengetahuan Mahasiswa Sarjana Keperawatan Tingkat Akhir Sebagai Pemberi Pertolongan Pertama Di Masyarakat. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(2), 319–326.
- Rosmiati, M., & Sitasi, C. (2019). Animasi Interaktif Sebagai Media Pembelajaran Bahasa Inggris Menggunakan Metode ADDIE. *Paradigma: Jurnal Komputer Dan Informatika Universitas Bina Sarana Informatika*, 21(2), v21i2.
- Sholikhah, A. S., Susilo, C., & Hamid, M. A. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Resusitasi Jantung Paru Terhadap Kemampuan Penangan Pre Hospital Korban Henti Jantung Pada Karangtaruna Di Kecamatan Balung. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 250–255. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i2.69>
- Wenny Rasmawati Simamora, Supriyadi Supriyadi, Erianto Fanani, & Marji Marji. (2023). Pengaruh Video Dan Simulasi RJP Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Atlet Sepatu Roda Kota Malang. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(4), 172–193.
<https://doi.org/10.59680/medika.v1i4.618>
- Yusni. (2020). *Cedera Olahraga*. Syiah Kuala University Press.
- Yusni, Y., Ridwan, M., Amiruddin, A., & Nugraha, G. S. (2024). Peningkatan Keterampilan Bantuan Hidup Dasar pada Pelatih Sebagai Upaya Optimalisasi Proteksi Atlet dari Cedera Olahraga. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1471–1480.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13315>