

JUKLAK JUKNIS
LOMBA PALANG MERAH REMAJA (PMR) WIRA
SE- EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
“Wira Muda Berdaya, Melangkah Nyata Memberi Makna”



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Jl. K. H. Ahmad Dahlan No. 6 Purworejo
2026



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



PETUNJUK PELAKSANAAN
LOMBA PALANG MERAH REMAJA (PMR) WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU
TAHUN 2026

I. PENDAHULUAN

Palang Merah Remaja (PMR) adalah wadah pembinaan (kegiatan) anggota remaja PMI. Pembinaan anggota remaja melalui kegiatan pelatihan dan aplikasi Tri Bhakti PMR yang dapat mencetak anggota PMR yang berkarakter positif dan mencerminkan jiwa kepalangmerahan. Anggota PMR merupakan anggota dan cikal bakal relawan PMI. Untuk memberikan pelayanan yang maksimal dan bermutu baik, anggota PMR harus dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang mendukung pelayanan tersebut. Perekrutan, pelatihan, pembinaan, dan mobilisasi anggota PMR telah dilaksanakan oleh PMI.

Keterlibatan anggota remaja PMI dalam kegiatan Tri Bakti PMR disesuaikan dengan kompetensi dan ketertarikan mereka, serta kebutuhan PMI dan remaja. Dalam merancang dan melaksanakan kegiatan, mereka memerankan fungsi yang berbeda-beda. PMR Wira berfungsi sebagai *peer educator*, yaitu pendidik sebaya keterampilan hidup sehat.

Sehubungan dengan hal tersebut Korps Sukarela (KSR) PMI Unit Universitas Muhammadiyah Purworejo akan mengadakan Lomba Palang Merah Remaja (PMR) Wira se-Eks Keresidenan Kedu tahun 2026.

II. DASAR KEGIATAN

1. Program kerja tahun KSR PMI Unit Universitas Muhammadiyah Purworejo Tahun 2026,
2. Rapat pengurus anggota KSR PMI Unit Universitas Muhammadiyah Purworejo dan PMI Kabupaten Purworejo yang dilaksanakan tanggal 04 Desember 2025 di Ruang Kesekretariatan KSR PMI Unit Universitas Muhammadiyah Purworejo.

III. NAMA KEGIATAN

Kegiatan ini bernama, **“LOMBA PALANG MERAH REMAJA (PMR) WIRA SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026”**

IV. TEMA

Dengan tema **“Wira Muda Berdaya, Melangkah Nyata Memberi Makna”**

V. TUJUAN

1. Meningkatkan wawasan, pemahaman, dan keterampilan terhadap penguasaan materi PMR,
2. Memobilisasi kegiatan ekstrakurikuler dan keterampilan terhadap penguasaan materi PMR, dan



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



3. Melaksanakan dan mengaplikasikan Tri Bhakti PMR

VI. BENTUK KEGIATAN

Kegiatan yang akan dilombakan adalah:

1. Lomba Pertolongan Pertama (PP),
2. Lomba Perawatan Keluarga (PK), dan
3. Lomba Mading Timbul / 2 Dimensi

VII. PELAKSANAAN

Kegiatan ini akan dilaksanakan pada,

Hari	: Sabtu, 25 April 2026
Waktu	: 07.00 – selesai
Tempat	: Auditorium “Kasman Singodimedjo” Universitas Muhammadiyah Purworejo
Acara	: Lomba Palang Merah Remaja (PMR) Wira se-Eks Keresidenan Kedu Tahun 2026

VIII. JENIS LOMBA

a. Lomba Pertolongan Pertama (PP)

1. Buku panduan yang digunakan adalah Buku Pedoman Pertolongan Pertama edisi kedua cetakan ke-IV tahun 2009 penerbit Markas Pusat Palang Merah Indonesia, disesuaikan dengan PMR Wira.
2. Ketentuan Peserta:
 - a) Peserta lomba Pertolongan Pertama (PP) adalah pelajar SMA/SMK/MA sederajat,
 - b) Peserta lomba Pertolongan Pertama (PP) sebanyak 4 orang dengan formasi bebas (laki-laki/perempuan/campuran)
 - c) Peserta yang mengikuti lomba ini akan bermain secara tim.
3. Teknis Pelaksanaan Lomba:
 - a) Peserta akan melaksanakan lomba di lokasi yang telah ditentukan,
 - b) Seluruh peralatan Pertolongan Pertama (PP) disediakan oleh peserta lomba **kecuali** tandu
 - c) Korban disediakan dari panitia boleh memilih laki-laki atau perempuan
 - d) Peserta diundi terlebih dahulu untuk menentukan 1 narator dan 3 penolong
 - Narator tidak diperbolehkan membantu penolong 1, 2, dan 3, kecuali saat evakuasi
 - e) Alokasi waktu pelaksanaan 20 menit dengan rincian:
 - 2 menit laporan regu: pengundian siapa yang akan menjadi penolong & narator serta penjelasan singkat oleh juri
 - 3 menit (Persiapan dan Pemahaman soal)
 - 15 menit praktik



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



- f) Apabila melebihi batas waktu alokasi praktik yang telah ditentukan, maka akan dihentikan

4. Kriteria Penilaian:

- a) Menggunakan sistem *range-grade* dimana setiap tindakan ada point penilaian yaitu:
- Kesesuaian penanganan prosedur dengan kasus,
 - Ketelitian, dan
 - Kecepatan.
- b) Apabila dalam penentuan juara terdapat nilai yang sama maka akan ditentukan dengan waktu tercepat

b. Lomba Perawatan Keluarga (PK)

1. Ketentuan Peserta:

- a) Peserta lomba Perawatan Keluarga (PK) adalah pelajar SMA/SMK/MA sederajat,
- b) Peserta lomba Perawatan Keluarga (PK) sebanyak 3 orang dengan formasi bebas (laki-laki/perempuan/campuran), dan
- c) Peserta yang mengikuti lomba ini akan bermain secara tim.

2. Teknis Pelaksanaan Lomba:

- a) Peserta akan melaksanakan lomba di tempat yang telah ditentukan,
- b) Peserta memasuki ruang lomba sesuai arahan petugas
- c) Peserta bekerja sama secara tim
- d) Seluruh peralatan Perawatan Keluarga (PK) disediakan oleh panitia lomba **kecuali** masker dan *handscoon*
- e) Peserta diundi terlebih dahulu untuk menentukan 1 narator dan 2 pelaku
- Narator tidak diperbolehkan membantu pelaku 1 dan 2
- f) Alokasi waktu pelaksanaan 20 menit dengan rincian:
- 2 menit (laporan regu, pengundian peran serta penjelasan singkat juri)
 - 3 menit (Persiapan dan Pemahaman soal)
 - 15 menit Praktik PK

Note: Rincian waktu di atas merupakan batas waktu maksimal. Apabila waktu pada tiap tahapan melebihi ketentuan, maka kegiatan akan dihentikan oleh panitia/juri dan melanjutkan ke tahap selanjutnya. Namun, apabila waktu yang digunakan kurang dari ketentuan, hal tersebut tidak mengurangi penilaian.

- g) Pasien disediakan dari panitia boleh memilih laki-laki atau perempuan



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



3. Kriteria Penilaian:

- a) Menggunakan sistem *range-grade* dimana setiap tindakan ada point penilaian yaitu:
 - Kesesuaian penanganan prosedur dengan kasus,
 - Ketelitian, dan
 - Kecepatan.
- b) Apabila dalam penentuan juara terdapat nilai yang sama maka akan ditentukan dengan waktu tercepat.

c. Lomba Mading Timbul / 2 Dimensi

1. Lomba Mading Timbul merupakan kompetisi edukatif yang menguji pengetahuan, keterampilan, pemahaman, dan kreativitas peserta terkait materi kesiapsiagaan bencana.
2. Ketentuan Peserta
 - a) Peserta lomba adalah pelajar SMA/SMK/MA sederajat.
 - b) Peserta lomba mading sebanyak 3 orang dengan formasi bebas (laki-laki/ perempuan/ campuran)
3. Ketentuan Lomba
 - a) Peserta menyapkan media mading dari sekolah, beserta ornamen-ornamen yang diperlukan.
 - b) Peserta dapat menempelkan seluruh ornamen di media tempel dan menuliskan materi yang sudah dipelajari sebelumnya saat pelaksanaan di ruang lomba.
4. Teknis Pelaksanaan Lomba
 - a) Mading berbentuk dua dimensi (2D) dengan bahan ditempel pada *styrofoam*
 - b) Ukuran mading :
 - Panjang 60 cm
 - Lebar 90 cm
 - Ketebalan minimal 2 cm (guna menghindari patah)
 - c) Ornamen / pernik pernik boleh dipersiapkan dari sekolah masing-masing, dan terbuat dari media bebas (kertas, plastik, kayu, dll)
 - d) Untuk proses pembuatan karya mading dikerjakan di tempat lomba dengan durasi 120 menit
 - e) Mading harus memuat unsur berikut:
 - Judul karya
 - Logo PMI
 - Pesan kesiapsiagaan bencana di sekolah
 - Nomor Undi
 - f) Pesan dapat mencakup :



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



- Jenis bencana (gempa, banjir, kebakaran, dll) disesuaikan dengan bahaya di sekolahnya masing-masing.
- Upaya pencegahan dan mitigasi
- Tindakan saat dan setelah bencana
- CONTOH KARYA:



Sumber: tiktok @kynprdn

5. Kriteria penilaian

- a) Kesesuaian Tema
- b) Kreativitas dan inovasi (2D & visual)
- c) Kejelasan Pesan dan Edukasi
- d) Kerapian dan Estetika
- e) Kerjasama Tim & Pemahaman materi

6. Tanya jawab

- Setiap tim akan diberi pertanyaan oleh juri untuk menguji kepaahaman materi dan konsep yang disampaikan

7. Sanksi

- Peserta yang melanggar ketentuan lomba dapat dikenakan pengurangan nilai atau diskualifikasi.

IX. KETENTUAN JUARA DAN HADIAH

Klasifikasi juara dalam “Lomba Palang Merah Remaja (PMR) Wira se-Eks Keresidenan Kedu” yaitu :

1. Juara setiap lomba adalah regu yang mendapatkan nilai tertinggi pada masing-masing lomba dan berhak mendapatkan *trophy* serta piagam penghargaan.
2. Juara I, II, dan III Lomba Pertolongan Pertama (PP) berhak atas *trophy* dan piagam penghargaan.
3. Juara I, II, dan III Lomba Perawatan Keluarga (PK) berhak atas *trophy* dan piagam penghargaan.
4. Juara I, II, dan III Lomba Mading Timbul/ 2 dimensi berhak atas *trophy* dan piagam penghargaan.
5. Juara umum adalah regu yang memiliki **poin yang paling tinggi**, dengan mengakumulasi nilai pada lomba Pertolongan Pertama (PP), Perawatan Keluarga (PK), dan Lomba Mading Timbul berhak atas **TROPHY BERGILIR**, piagam penghargaan, dan uang pembinaan.

X. DEWAN JURI

Juri Lomba Pertolongan Pertama (PP), Perawatan Keluarga (PK), dan Lomba Mading



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



Timbul/ 2 Dimensi adalah seseorang yang berkompeten dan profesional dalam bidangnya, keputusan dewan juri bersifat mutlak dan tidak dapat diganggu gugat.

XI. PENDAFTARAN

1. Syarat Umum

- a. Peserta lomba adalah utusan PMR Wira dari siswa SMA/SMK/MA atau Sederajat di wilayah Eks Keresidenan Kedu, dibuktikan dengan surat tugas yang diketahui kepala sekolah terkait,
- b. Setiap PMR Wira masing-masing sekolah **hanya diperkenankan mengirimkan 1 regu,**
- c. Satu regu terdiri atas 11 orang, dengan rincian:

- Lomba Pertolongan Pertama (PP)	4 Orang
- Lomba Perawatan Keluarga (PK)	3 Orang
- Lomba Mading Timbul	3 Orang
- Pembina	1 Orang
Jumlah	11 Orang

2. Syarat Khusus

- a. Mengisi formulir pendaftaran,
- b. Melampirkan scan kartu identitas siswa yang masih berlaku atau KTA PMR/Kartu Pelajar,
- c. Menyertakan DAFTAR NAMA pembagian peserta untuk setiap bentuk lomba,
- d. Membayar biaya pendaftaran sebesar **Rp. 300.000,- (Tiga Ratu Ribu Rupiah)**. Apabila ingin menambah pembina, maka dikenakan biaya tambahan sebesar **Rp. 50.000,- (Lima puluh ribu rupiah),**
- e. Terdaftar secara sah di panitia, dibuktikan dengan tanda bukti pembayaran, dan
- f. Persyaratan nomor 2 (poin a-e) diupload melalui link <https://bit.ly/DonlowadFormulirPendaftaran2026> , info lainnya dengan mengakses link <https://linktr.ee/lombapmrwira2026> dan dibawa saat *Technical Meeting* sebagai bukti lengkap, dengan selambat-lambatnya Sabtu, 7 Maret 2026 (saat *Technical Meeting*).

3. Tata Cara Pendaftaran



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



- a. Download file formulir pendaftaran melalui <https://bit.ly/DonlowadFormulirPendaftaran2026>
- b. Link pendaftaran melalui *google form* dapat diakses pada <https://bit.ly/pendaftaranlombapmrwira26>
- c. Info petunjuk pelaksanaan mengakses link <https://linktr.ee/lombapmrwira2026>

4. Tata Cara Pembayaran

- a. Melalui transfer rekening **Bank BRI: 007801101652505 (a.n. Chintya Choirunnisa)**
- b. Konfirmasi pembayaran mengirimkan chat whatsapp ke *narahubung bendahara* (***Chintya: 0895429848060***) dengan format: ASAL SEKOLAH (spasi) TANGGAL PEMBAYARAN dan tetap melampirkan bukti pembayarannya.

5. Fasilitas yang Diperoleh

a. Sertifikat 11 x @Rp 5.000,-	Rp 55.000,00
b. ID card 11 x @Rp 5.000,-	Rp 55.000,00
c. Cinderamata 1 x @Rp 80.000,-	Rp 80.000,00
d. Snack 11 x @Rp 10.000,-	<u>Rp 110.000,00</u>
Jumlah	Rp 300.000,00

XII. TANGGAL PENDAFTARAN

Pendaftaran dilaksanakan pada:

Tanggal: Jumat 16 Januari s.d Sabtu 28 Februari 2026

XIII. DAFTAR ULANG

1. Setiap regu diwajibkan daftar ulang/registrasi pada hari Sabtu, 7 Maret 2026 bertepatan dengan *Technical Meeting*.
2. Setiap regu yang tidak melakukan daftar ulang atau melewati batas waktu yang telah ditentukan tanpa konfirmasi dengan panitia terlebih dahulu dinyatakan **gugur**.

XIV. JADWAL *TECHICAL MEETING*

Technical Meeting dilaksanakan pada,

Hari, Tanggal	: Sabtu, 7 Maret 2026
Waktu	: 08.30 WIB selesai
<i>Dresscode</i>	: Seragam Identitas PMR atau Seragam Osis Beserta Slayer PMR
Tempat	: Ruang Seminar Kampus Timur Universitas Muhammadiyah Purworejo
Acara	: a. Penjelasan Juklak Juknis,



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



- b. Gladi defile atau parade (peserta dari perwakilan Lomba Mading Timbul dan masing-masing sekolah mempersiapkan jargon),
- c. Undian nomor dada peserta,
- d. Tanya jawab seputar lomba dan pembahasan tata tertib, dan
- e. Pengecekan kelengkapan berkas dengan membawa hardfile formulir pendaftaran dan bukti pembayaran.

XV. PESERTA LOMBA

- 1. Peserta adalah perwakilan anggota PMR Wira se- Eks Keresidenan Kedu yang sudah mendaftar dan diterima sebagai peserta “Lomba Palang Merah Remaja (PMR) Wira se-Eks Keresidenan Kedu tahun 2026”.
- 2. Semua mata lomba wajib diikuti oleh semua regu.

XVI. TIME LINE LOMBA

NO	KEGIATAN	TANGGAL	KETERANGAN
1	Pendaftaran	16 Januari – 28 Februari 2026	Pendaftaran melalui link, maksimal pukul 08.00 WIB
2	<i>Technical Meeting</i>	7 Maret 2026	Pukul 08.30-selesai
3	Daftar Ulang	7 Maret 2026	Batas waktu pukul 15.00 WIB
4	Lomba & Pengumuman Hasil Kejuaraan	25 April 2026	Puncak acara dan pembagian kejuaraan

XVII. NARAHUBUNG :

- 1. **Hilmy Alya Lutfiyah** (0856 0046 8422) pukul 09.00-13.00
 - 2. **Siti Riskiani** (0822 4791 9431) pukul 13.00-20.00
- Konsultasi dilayani pada saat jam 09.00 - 20.00 WIB**

XVIII. PENUTUP

Demikian petunjuk pelaksanaan Lomba Palang Merah Remaja (PMR) Wira se- Eks Keresidenan Kedu tahun 2026 kami sampaikan untuk dijadikan pedoman sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



PANITIA LOMBA PMR WIRA
SE-EKS KERESIDENAN KEDU TAHUN 2026
KORPS SUKARELA PALANG MERAH INDONESIA
UNIT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO
Sekretariat : Ruang Student Health Center (SHC), Gedung UKM Kampus Timur
Jln. K. H. Ahmad Dahlan No.6 Purworejo. Hp: 0823 2451 7328
Email: ksrpmiunitumpurworejo@gmail.com



Purworejo, 14 Januari 2025
Ketua Panitia

Siti Riskiani
NIM. 232180038