

UPAYA PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT BAGI SISWA SLB YPK PELITA KASIH KOTA AMBON

Lea Mediatix Janwarin*¹, Nancy Rahakbauw²

^{1,2} Universitas Kristen Indonesia Maluku

*lea.mediatix@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu/keluarga/kelompok dapat menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan. Lingkungan yang ikut berperan penting dalam penerapan PHBS adalah lingkungan sekolah yang salah satunya adalah lingkungan SLB YPK Pelita Kasih. Dalam penerapannya, permasalahan yang dihadapi di SLB ini adalah terkait masih kurangnya kesadaran siswa dalam pelaksanaan PHBS secara khusus terkait kebersihan diri dan perilaku mencuci tangan. Untuk itu, dalam pengabdian ini kegiatan yang dilakukan adalah penyuluhan tentang PHBS dan penyediaan fasilitas pendukung penerapan PHBS sebagai solusi yang diberikan kepada mitra. Dari hasil evaluasi didapatkan bahwa pengetahuan dan pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat siswa sudah semakin baik. Hal ini diharapkan agar siswa baik di lingkungan sekolah maupun di mana saja mereka berada, PHBS dapat selalu diterapkan sebagai kebiasaan sehari-hari.

Kata Kunci : Perilaku hidup bersih dan sehat, siswa, SLB

PENDAHULUAN

Sekolah Luar Biasa (SLB) Pelita Kasih beralamat di Desa Rumah Tiga, Jl, Chr. Soplanit dan berada di bawah naungan Yayasan Pelita Kasih (YPK) Ambon yang merupakan salah satu Lembaga Pelayanan Sosial yang memberikan pelayanan bagi Anak yang berkebutuhan khusus (ABK)/Disabilitas di Kota Ambon, Provinsi Maluku. Total anak-anak berkebutuhan khusus yang merupakan siswa SLB Pelita Kasih yaitu berjumlah 42 anak yang terdiri dari 16 orang yang tinggal dalam Panti Asuhan dan 26 orang di luar Panti. Jenis anak berkebutuhan khusus yang ditangani di SLB ini yaitu, Disabilitas Netra, Disabilitas Runggu, Disabilitas Low Vision, Disabilitas Wicara, dan Disabilitas Intelektual.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada dengan Kepala Sekolah SLB YPK Pelita Kasih, permasalahan yang dihadapi oleh SLB YPK yaitu terkait masih kurangnya kesadaran siswa dalam melaksanakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu/keluarga/kelompok dapat menolong dirinya sendiri dalam bidang

kesehatan (Notoatmodjo, 2010). Permasalahan PHBS yang dimaksudkan adalah terkait kebersihan diri dan perilaku mencuci tangan pada siswa SLB.

Untuk permasalahan tersebut, maka solusi yang diberikan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah penyuluhan kesehatan. Perilaku didasarkan pada pengetahuan yang seseorang miliki, yang akan mempengaruhi dalam kecenderungan terhadap sesuatu (Notoatmodjo, 2010). Penyuluhan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS sehingga adanya peningkatan pengetahuan tersebut dapat mendukung terwujudnya pelaksanaan PHBS yang merupakan salah satu upaya kesehatan di sekolah (Taryatman, 2016). Kesehatan di sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis sehingga diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009), termasuk untuk siswa SLB yang berkebutuhan khusus. Ketersediaan fasilitas merupakan faktor pendukung terbentuknya suatu perilaku, termasuk PHBS (Raharjo; Indarjo, 2014). Untuk mendukung pelaksanaan PHBS pada siswa SLB, maka ketersediaan fasilitas pendukung seperti tempat cuci tangan dan tempat sampah dorong menjadi bagian dari solusi yang ditawarkan dalam kegiatan PKM ini.

METODE

Langkah-langkah kegiatan PKM yang dilaksanakan ini diatur sebagai berikut:

- a. Tahap Persiapan :
 - 1) Tim PKM melakukan pendekatan awal sekaligus observasi dan wawancara untuk mengidentifikasi permasalahan yang terjadi di lokasi PKM yaitu SLB YPK Pelita Kasih.
 - 2) Tim PKM menyusun rencana kegiatan beserta jadwal kegiatan yang akan dilaksanakan, kemudian dikoordinasikan dengan pihak SLB YPK Pelita Kasih sebagai mitra PKM.
 - 3) Tim PKM mempersiapkan materi, alat dan bahan pelaksanaan kegiatan PKM.
- b. Tahap Pelaksanaan :

PKM ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan yang diberikan oleh Tim dengan dibantu oleh beberapa mahasiswa.
- c. Tahap Evaluasi :

Evaluasi kegiatan dilaksanakan pada hari yang sama dengan pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2020 di SLB YPK Pelita Kasih Ambon dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan menghadirkan siswa SLB, guru, dan orang tua murid sebagai sasaran dari penyampaian informasi tentang

pentingnya PHBS khususnya tentang kebersihan diri dan perilaku mencuci tangan. Penyuluhan ini menggunakan beberapa metode yang dikombinasi karena mempertimbangkan jenis disabilitas yang berbeda-beda antar siswa yaitu ceramah dengan menggunakan alat bantu gambar, lagu mencuci tangan yang baik dan benar, dan praktek langsung mencuci tangan oleh siswa SLB dengan didampingi oleh Tim.

Materi yang diberikan Tim tentang kebersihan diri berisi tentang pentingnya memelihara kebersihan mulut dan gigi, memelihara kebersihan dan kesehatan kulit, memelihara kebersihan kuku, memelihara kebersihan rambut, dan menggunakan pakaian yang bersih. Sedangkan materi tentang perilaku mencuci tangan yaitu 7 langkah mencuci tangan yang baik dan benar yang terdiri dari:

1. Basahi kedua telapak tangan memakai air yang mengalir dan tuang sabun secukupnya, Gosok kedua telapak tangan
2. Gosok telapak tangan di atas punggung tangan kiri dan telapak kiri di atas punggung tangan kanan
3. Gosok telapak dengan telapak dan jari saling terkait
4. Gosok dengan meletakkan punggung jari pada telapak satunya dengan jari saling mengunci
5. Jempol kanan digosok memutar oleh telapak kiri, dan sebaliknya
6. Jari kiri menguncup, gosok memutar ke kanan dan ke kiri pada telapak kanan dan sebaliknya
7. Pegang pergelangan tangan kiri dengan tangan kanan dan sebaliknya, gerakan memutar. Kemudian diakhiri dengan membilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tisu.

Dalam kegiatan ini juga diberikan bantuan fasilitas pendukung PHBS yaitu tempat sampah dan sarana mencuci tangan bagi siswa yang kemudian digunakan untuk praktek mencuci tangan.

Dengan mempertimbangkan kondisi siswa SLB, maka bentuk evaluasi yang digunakan oleh tim PKM yaitu dengan pemberian pertanyaan singkat kepada siswa tentang materi PHBS yang sudah diberikan dan dari pertanyaan-pertanyaan tersebut, beberapa siswa diantaranya dapat menjawab dengan tepat.

Selain itu, untuk praktek mencuci tangan dilakukan evaluasi dengan menggunakan lembar checklist berisi tahapan mencuci tangan yang baik dan benar. Dari hasil *checklist*, hampir sebagian besar siswa sudah mempraktekkan tahapannya dengan baik dan benar yang sebagian besarnya adalah siswa SLB pada tingkatan SMP maupun SMA. Untuk siswa SLB pada tingkatan SD, Tim juga dibantu oleh guru dan orang tua siswa yang hadir dalam mendampingi mereka pada saat praktek mencuci tangan agar ketika siswa tersebut masih keliru tahapannya, pendampingnya akan secara langsung menunjukkan tahapan yang benar sesuai dengan kondisi disabilitas yang dialami. Hal ini dimaksudkan agar dalam keseharian mereka di sekolah maupun di rumah, perilaku mencuci tangan yang baik dan benar dapat menjadi kebiasaan hidup sehari-hari.

KESIMPULAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan bagian dari upaya peningkatan kesehatan masyarakat, termasuk di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pengabdian ini menjadi sebuah upaya peningkatan PHBS bagi siswa SLB sehingga baik di lingkungan sekolah maupun di mana saja mereka berada, PHBS dapat selalu diterapkan sebagai kebiasaan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Raharjo, A., Indarjo, S. (2014). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, dan Ketersediaan Fasilitas di Sekolah dalam Penerapan PHBS Membuang Sampah pada Tempatnya. *Unnes Journal of Public Health*, 3 (1).
- Taryatman. (2016). Budaya Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar untuk Membangun Generasi Muda yang Berkarakter. *Jurnal Pendidikan ke-SD-an*, 3 (1).
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan