

**PENINGKATAN PENGETAHUAN PERSONAL HYGIENE PADA SISWA
BERKEBUTUHAN KHUSUS DI PANTI YPHM (YAYASAN PENDIDIKAN HAMBATAN
HIMPUNAN MAJEMUK) ANODIA TAHUN 2025**

***IMPROVING PERSONAL HYGIENE KNOWLEDGE FOR STUDENTS WITH
SPECIALNEEDS AT THE YPHM (YAYASAN PENDIDIKAN HAMBATAN
HIMPUNAN MAJEMUK) ANODIA IN 2025***

Mery Lestari Simanjuntak¹ Helprida Sihite² Adelima CR Simamora³, Jefri Banjarnahor⁴

E-mail: mery.simanjuntak@stikeskb.ac.id

Abstrak

Personal hygiene merupakan aspek mendasar dalam menjaga kesehatan individu yang mencakup kebersihan tubuh, pakaian, dan lingkungan sekitar. Bagi siswa berkebutuhan khusus, keterbatasan kognitif, motorik, maupun komunikasi sering menjadi hambatan dalam memahami dan mempraktikkan kebiasaan menjaga kebersihan diri secara mandiri. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko munculnya penyakit kulit, infeksi saluran pernapasan, dan gangguan pencernaan, sehingga diperlukan upaya sistematis untuk memberikan edukasi yang sesuai dengan karakteristik mereka. Program Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan personal hygiene pada siswa berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa melalui pendekatan edukasi interaktif dan praktik langsung. Metode kegiatan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan media pembelajaran sederhana (leaflet, poster, video), pelaksanaan pre-test, penyuluhan dengan media visual, simulasi langkah kebersihan diri (cuci tangan, gosok gigi, mandi, perawatan kuku dan rambut), pendampingan guru/orang tua, serta evaluasi melalui post-test dan observasi. Hasil yang diharapkan adalah peningkatan signifikan skor pengetahuan siswa, tersusunnya buku saku panduan kebersihan diri, dan terbentuknya kebiasaan hidup bersih yang mendukung kesehatan serta kemandirian anak. Kegiatan ini juga diharapkan memperkuat peran guru dan orang tua dalam pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa berkebutuhan khusus.

Kata kunci: Personal hygiene, siswa berkebutuhan khusus, Sekolah Luar Biasa, edukasi interaktif, pengabdian kepada masyarakat.

PENDAHULUAN

Personal hygiene atau kebersihan diri merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan, mencegah penyakit, dan mendukung kesejahteraan secara menyeluruh. Kebersihan diri yang baik membantu menekan risiko terjadinya infeksi kulit, diare, penyakit saluran pernapasan, maupun gangguan gigi dan mulut. Bagi anak yang sedang berada dalam masa pertumbuhan, praktik hygiene yang benar juga berkontribusi terhadap perkembangan fisik, psikologis, dan sosial yang optimal.

Anak berkebutuhan khusus yang tinggal di panti asuhan sering menghadapi tantangan lebih besar dalam memelihara kebersihan diri. Keterbatasan motorik, intelektual, maupun sensorik dapat memengaruhi kemampuan mereka memahami instruksi dan melakukan aktivitas sehari-hari, termasuk mandi, mencuci tangan, menggosok gigi, atau merawat rambut dan kuku. Selain itu, jumlah pengasuh yang terbatas dan kurangnya pengetahuan tentang teknik pendampingan hygiene membuat pembiasaan perilaku bersih menjadi kurang optimal.

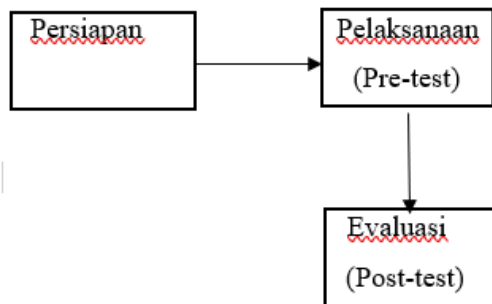
Kondisi lingkungan panti juga memengaruhi praktik personal hygiene. Keterbatasan fasilitas seperti tempat cuci tangan, ketersediaan sabun, air bersih, serta perlengkapan mandi yang memadai dapat menjadi hambatan bagi penerapan kebersihan yang baik. Padahal, lingkungan

yang bersih dan mendukung merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku hygiene yang konsisten pada anak.

Hasil observasi awal di Panti YPHM (Yayasan Pendidikan Hambatan Himpunan Majemuk) menunjukkan sebagian anak belum memahami pentingnya mencuci tangan sebelum makan dan sesudah beraktivitas, tidak rutin menyikat gigi dua kali sehari, serta memerlukan bantuan penuh saat mandi atau memotong kuku. Kondisi ini meningkatkan risiko timbulnya masalah kesehatan seperti gatal-gatal, infeksi kulit, karies gigi, hingga penyakit menular lain yang dapat menurunkan kualitas hidup anak.

Melihat permasalahan tersebut, diperlukan intervensi berupa edukasi dan pelatihan yang terstruktur mengenai personal hygiene yang disesuaikan dengan karakteristik anak berkebutuhan khusus. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) menjadi wadah yang tepat untuk memperkenalkan konsep kebersihan diri secara sederhana, memberikan contoh melalui demonstrasi, dan melatih pengasuh dalam mendampingi anak. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan tercipta peningkatan pengetahuan, keterampilan, serta motivasi baik pada anak maupun pengasuh untuk menjaga kebersihan diri secara konsisten, sehingga kesehatan dan kualitas hidup mereka dapat lebih terjamin.

METODE



Kegiatan penyuluhan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan:

- a. Koordinasi dengan pengurus panti dan identifikasi jumlah peserta.
- b. Menyusun materi edukasi sesuai tingkat pemahaman anak (gambar, video, lagu).
- c. Menyiapkan alat praktik (sabun cair, sikat gigi, handuk, gunting kuku).

2. Pelaksanaan:

- a. Pre-test untuk mengukur pengetahuan awal.
- b. Penyuluhan interaktif mengenai konsep kebersihan diri.
- c. Demonstrasi & praktik langsung: cuci tangan, sikat gigi, mandi, potong kuku.
- d. Simulasi permainan (misalnya lomba cuci tangan yang benar).
- e. Diskusi dengan pengasuh tentang cara monitoring kebersihan harian.

3. Evaluasi:

- a. Post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
- b. Observasi keterampilan praktik setelah kegiatan.
- c. Pemberian umpan balik dan rekomendasi untuk pembiasaan rutin.

KETERKAITAN

Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini memiliki hubungan yang erat dengan peran dan kompetensi dosen sebagai pendidik, peneliti, sekaligus agen pemberdayaan masyarakat.

Sebagai pendidik, dosen berperan mentransfer pengetahuan dan keterampilan tentang personal hygiene melalui metode yang sesuai karakteristik siswa berkebutuhan khusus. Dosen memanfaatkan pengalaman mengajar mata kuliah Keperawatan Komunitas, Promosi Kesehatan, dan Keperawatan Anak sebagai dasar dalam merancang materi dan strategi pembelajaran yang interaktif.

Sebagai peneliti, dosen melakukan kajian awal melalui observasi dan pengumpulan data terkait tingkat pengetahuan dan perilaku hygiene anak panti. Hasil kajian ini menjadi landasan dalam merancang modul edukasi, instrumen evaluasi pre-post test, serta rekomendasi tindak lanjut berbasis bukti (*evidence-based practice*).

Sebagai pelaksana pengabdian, dosen menjadi fasilitator dan koordinator dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Dosen juga membimbing mahasiswa yang terlibat agar mampu menerapkan ilmu keperawatan komunitas secara nyata di lapangan.

STRUKTUR EVALUASI

Audiens hadir antara lain pegawai dan siswa panti. Jumlah audiens yang hadir sesuai dengan jumlah audiens yang telah disepakati. Selama kegiatan berlangsung tidak ada audiens yang meninggalkan tempat sebelum penyuluhan selesai dilakukan.

Peralatan yang dibutuhkan untuk penyuluhan tersedia baik seperti:

1. Cuci tangan: baskom berisi air atau wastafel portabel, sabun cair, tisu/handuk kecil.
2. Sikat gigi: sikat gigi anak, pasta gigi, gelas kumur, gambar mulut gigi besar atau model gigi untuk contoh.
3. Mandi: sabun mandi, shampo (ditunjukkan secara simbolis), handuk.
4. Perawatan kuku & rambut: gunting kuku, sikat kuku, sisir, cermin kecil.
5. Air bersih dalam wadah yang aman digunakan anak.

PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan Kegiatan

1. Persiapan

- a. Koordinasi dengan pengurus panti asuhan untuk menentukan waktu dan tempat Kegiatan.

- b. Menyusun jadwal, materi, dan instrumen evaluasi (pre-post test, daftar tilik)
- c. Menyiapkan media edukasi (slide, poster, video, booklet) dan peralatan praktik (sabun, sikat gigi, gunting kuku, shampo, handuk).
- d. Briefing tim dosen dan mahasiswa mengenai alur kegiatan serta teknik komunikasi dengan anak berkebutuhan khusus.

2. Tahap Pembukaan

- a. Kegiatan diawali dengan doa dan sambutan dari pengurus panti serta tim dosen.
- b. Perkenalan fasilitator dengan peserta dan pengasuh.
- c. Penjelasan singkat tujuan kegiatan dan manfaat menjaga kebersihan diri.

3. Pre-Test

- a. Siswa diberikan pertanyaan sederhana bergambar untuk mengetahui pengetahuan awal tentang kebersihan diri.
- b. Pengasuh diberi kuesioner singkat mengenai kebiasaan hygiene anak.

4. Penyuluhan (Edukasi Teori)

- a. Penyampaian materi mengenai:
 - a) Pentingnya kebersihan diri untuk kesehatan.
 - b) Langkah cuci tangan yang benar.
 - c) Cara menyikat gigi, mandi, merawat kuku, dan rambut.
- b. Penyuluhan dilakukan dengan bahasa sederhana, gambar, lagu, dan gerakan agar menarik dan mudah diingat.

5. Demonstrasi & Simulasi

- a. Fasilitator menunjukkan praktik cuci tangan, menyikat gigi, mandi, dan merapikan kuku.
- b. Peserta mempraktikkan secara langsung dengan bimbingan tim dan pengasuh.
- c. Diselingi permainan kecil (misalnya lomba cuci tangan) untuk meningkatkan semangat.

6. Diskusi dengan Pengasuh

- a. Pengasuh diajak mendiskusikan kendala yang sering dihadapi dalam membimbing kebersihan anak.
- b. Pembuatan rencana tindak lanjut, seperti jadwal rutin pemeriksaan kebersihan dan penyediaan sarana hygiene.

7. Post-Test & Observasi

- a. Dilakukan tes ulang untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
- b. Observasi keterampilan peserta dalam mempraktikkan personal hygiene.

8. Penutupan

- a. Penyampaian kesimpulan dan pesan motivasi agar peserta membiasakan hidup bersih.
- b. Penyerahan poster edukasi dan alat kebersihan sederhana kepada panti asuhan.
- c. Dokumentasi bersama seluruh peserta, pengasuh, dan tim pelaksana.

EVALUASI HASIL

1. Hasil Pengetahuan

- a. **Pre-test** menunjukkan rata-rata pengetahuan peserta sebesar **55%** (kategori cukup rendah).
- b. Setelah mengikuti edukasi dan praktik, nilai **post-test** meningkat menjadi **85%** (kategori baik).
- c. Peningkatan skor rata-rata sebesar **30%**, menandakan materi dan metode yang digunakan efektif.

2. Hasil Keterampilan

Berdasarkan daftar tilik observasi:

- a) 80% peserta mampu melakukan cuci tangan dengan langkah benar tanpa bantuan.
- b) 75% peserta dapat menyikat gigi dengan teknik yang tepat.
- c) 60% peserta masih membutuhkan pendampingan untuk kegiatan mandi dan merapikan kuku.
- d) Pengasuh mulai lebih aktif memberikan contoh dan mengingatkan anak dalam kegiatan sehari-hari.

3. Partisipasi & Kepuasan

- a. Kehadiran peserta mencapai 100% dari target.
- b. 90% peserta dan pengasuh menyatakan **sangat puas** terhadap penyampaian materi dan praktik.

- c. Pengasuh merasa mendapatkan keterampilan baru untuk memonitor kebersihan anak.

4. Dampak Jangka Pendek

- a. Anak menunjukkan antusiasme mempraktikkan kebersihan setelah penyuluhan.
- b. Panti asuhan mulai menyediakan tempat cuci tangan dengan sabun di dekat ruang makan.

5. Rencana Tindak Lanjut

- a. Melakukan kunjungan lanjutan setelah 1–2 bulan untuk memantau kebiasaan hygiene.
- b. Memberikan pendampingan pada pengasuh untuk membuat checklist harian kebersihan anak.
- c. Menyarankan penambahan sarana hygiene (sabun cair, sikat gigi cadangan, poster langkah cuci tangan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM di Panti YPHM (Yayasan Pendidikan Hambatan Himpunan Majemuk) Anodia diikuti oleh **25 siswa berkebutuhan khusus** (usia 7–15 tahun). Setelah edukasi dan praktik personal hygiene, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari **55%** menjadi **85%**. Observasi menunjukkan:

- a. 80% peserta mampu mencuci tangan dengan benar,
- b. 75% mampu menyikat gigi sesuai arahan,

- c. 60% masih perlu bantuan untuk mandi dan memotong kuku.

Pengasuh berpartisipasi aktif, dan **90%** menyatakan puas serta siap mendampingi anak melalui jadwal kebersihan rutin.

Keberhasilan ini dipengaruhi oleh materi yang sederhana dan menarik, metode praktik langsung, serta dukungan pengasuh. Tantangan utama adalah kemandirian anak dalam mandi dan merawat kuku sehingga perlu pembiasaan dan supervisi berkelanjutan.

SIMPULAN

Kegiatan PKM ini berhasil meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran tentang personal hygiene pada siswa berkebutuhan khusus di panti asuhan. Peran aktif pengasuh dan metode edukasi berbasis praktik merupakan faktor penting keberhasilan. Diperlukan pembiasaan rutin dan pemantauan berkelanjutan agar hasil tetap optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). Fundamentals of Nursing (10th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Suwaroyo, P. A., & Setiawan, H. (2020). Pendidikan Kesehatan untuk Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- WHO. (2020). Water, Sanitation, Hygiene

and Waste Management for the
COVID-19 Virus. Geneva: World
Health Organization.