

## Penyuluhan Budaya Hidup Bersih dan Motivasi Belajar Bagi Anak di Panti Asuhan YAKESMA

Hidayaturrahmi Hidayaturrahmi<sup>1</sup>, Didi Asmadi<sup>2</sup>, Sarika Zuhri<sup>3</sup>, Sri Rahmawati<sup>4</sup>, Riski Arifin<sup>5</sup>, Awal Afizal<sup>6</sup>, Ilyas Ilyas<sup>7</sup>, Zakiaturrahmi Zakiaturrahmi<sup>8</sup>

<sup>2,3,4,5,6,7</sup>Program Studi Teknik Industri, Jurusan Teknik Mesin dan Industri, Darussalam, Banda Aceh, 23111, Indonesia  
<sup>1,8</sup>Fakultas Kedokteran, Darussalam, Banda Aceh, 23111, Indonesia

Corresponding author: [sarika.zuhri@usk.ac.id](mailto:sarika.zuhri@usk.ac.id)

### Riwayat Artikel

Diterima: 03 Maret 2023  
Disetujui: 21 Maret 2023  
Dipublikasi: 31 Maret 2023

### Keywords

Anak Usia Sekolah, Budaya Bersih, Motivasi Belajar, Panti Asuhan

### Abstrak

*Perilaku hidup bersih dan sehat perlu dan penting untuk diimplementasikan sejak dini pada tatanan rumah tangga, hal ini bertujuan untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar sadar, mau dan mampu untuk mengimplementasikan budaya hidup bersih dan sehat sehingga dapat memelihara dan meningkatkan kesehatannya, mencegah risiko terjadinya penyakit menular dan melindungi diri dari ancaman penyakit serta dapat berperan aktif dalam gerakan hidup sehat didalam bermasyarakat. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan bertujuan untuk memberikan informasi dan pengetahuan dalam mengedukasi anak usia sekolah untuk menjaga kebersihan diri dan menerapkan budaya hidup bersih dalam kehidupan sehari – hari. Adapun sasaran kegiatan ini adalah anak – anak yang memiliki status pelajar atau sekolah dengan total anak sebanyak 70 orang yang berada di panti asuhan YAKESMA, Aceh Besar. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman anak – anak yang memiliki status pelajar atau sekolah dalam pentingnya menjaga kebersihan diri serta budaya hidup bersih sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar bagi anak baik di sekolah maupun di lingkungannya.*

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kondisi fisik sehat baik secara jasmani maupun rohani yang akan mempengaruhi kehidupan baik secara sosial dan ekonomis untuk hidup lebih produktif (Ani, Wijayanti, Harwijayanti, & Kuswanto, 2020). Agar dapat hidup sehat setiap individu wajib menerapkan perilaku hidup yang jauh dari sampah, kotoran dan penyakit. Sehingga perlu menerapkan budaya bersih dan sehat yang lebih dikenal dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan segala aktivitas yang dilakukan untuk menerapkan budaya kebersihan dan kesehatan dalam kegiatan sehari – hari sehingga menjadikan orang, keluarga dan kelompok atau masyarakat mampu mandiri atau menolong dirinya didalam bidang kesehatan dan dapat berperan aktif pula dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Simbolon & Simorangkir, 2018). Menciptakan hidup sehat sangat mudah dan murah untuk diimplementasikan apabila dibandingkan dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk biaya pengobatan. Menciptakan hidup sehat merupakan hal yang harus diterapkan oleh setiap individu, kelompok dan masyarakat. Mengingat banyak manfaat yang akan diperoleh apabila menciptakan hidup sehat, seperti peningkatan konsentrasi belajar, kerja, kesehatan dan

kecerdasan anak yang akan berakhir pula pada keharmonisan rumah tangga dan keluarga (Natsir, 2019). Paradigma hidup sehat merupakan cara pandang atau pola pikir dalam pembangunan kesehatan yang bersifat holistik, proaktif antisipatif dengan melihat masalah yang dipengaruhi oleh beberapa faktor secara dinamis didalam suatu wilayah yang berorientasi kepada peningkatan pemeliharaan dan perlindungan terhadap penduduk agar tetap hidup sehat (Rosidin & Suhendar, 2018).

Selain itu, perilaku hidup bersih dan sehat perlu dan penting untuk diimplementasikan sejak dini pada tatanan rumah tangga, hal ini bertujuan untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar sadar, mau dan mampu untuk mengimplementasikan budaya hidup bersih dan sehat sehingga dapat memelihara dan meningkatkan kesehatannya, mencegah risiko terjadinya penyakit menular dan melindungi diri dari ancaman penyakit serta dapat berperan aktif dalam gerakan hidup sehat didalam bermasyarakat (Rosidin & Suhendar, 2018).

Kebersihan merupakan langkah awal untuk anak dalam memulai berkembang secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangannya. Dengan perilaku hidup bersih dapat meningkatkan kesehatan dan menjaga daya tahan tubuh dan lingkungan menjadi bersih. Segala aktivitas juga dapat terselesaikan dengan baik, mudah dan cepat. Sehingga untuk anak sekolah menjaga kebersihan diri merupakan sebuah langkah awal dalam upaya menjaga kesehatan dan kenyamanan dalam belajar sehingga dapat meningkatkan konsentrasi (Fitriani, 2020).

Yayasan Kesejahteraan Madani (YAKESMA) berdiri sejak tahun 2011, yayasan ini lahir dari sebuah kepedulian para guru dan Dai di pelosok desa yang mempunyai visi untuk mencerdaskan anak bangsa. YAKESMA berdiri untuk membantu dalam meringankan beban guru dan dai dalam berbagai bidang disiplin ilmu seperti kesehatan, pendidikan dan peningkatan kesejahteraan masyarakat. Kini YAKESMA telah tersebar di seluruh Indonesia dengan berbagai program dan kegiatan kemanusiaan yang mereka lakukan khususnya untuk peningkatan kesejahteraan masyarakat (Madani, 2019). Salah satunya terletak di kawasan Aceh Besar. YAKESMA – Aceh Besar merupakan salah satu Panti Asuhan yang berdiri setelah terjadinya gempa dan tsunami 2004 melanda Aceh. Hampir 70 orang anak berada dan tinggal di panti asuhan tersebut, mereka berasal dari berbagai usia dan strata pendidikan. Tinggal bersama – sama di dalam sebuah asrama panti asuhan tentunya berpotensi terjadinya penyebaran virus dan penyakit menular apabila penghuninya tidak memiliki pengetahuan mengenai budaya hidup bersih. Sehingga perlu dilakukan penyuluhan dan edukasi mengenai hidup bersih untuk meningkatkan kesehatan dan menjaga diri dari berbagai macam penyakit serta menjaga lingkungan sekitar.

Berdasarkan uraian diatas, maka staf pengajar Universitas Syiah Kuala (USK) Banda Aceh yang terdiri dari Fakultas Teknik dan Fakultas Kedokteran melakukan pengabdian kepada masyarakat (PKM) sebagai wujud tindakan nyata kepada masyarakat dalam menjalankan tridharma pendidikan untuk melakukan sosialisasi dan penyuluhan budaya hidup bersih khususnya bagi anak usia sekolah di Aceh Besar yaitu kepada Panti Asuhan YAKESMA. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan, pemahaman, dan meningkatkan pengetahuan anak dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Pendekatan atau metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah berupa sosialisasi hidup bersih guna mengantisipasi pencegahan penyakit menular dan penyebaran virus (Asmadi, et al., 2021). Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman anak sekolah dan pengurus yayasan YAKESMA untuk mengantisipasi hal yang berkaitan dengan penyebaran penyakit menular dan penyebaran virus di lingkungannya,

sehingga dapat meningkatkan kebersihan dan kesehatan melalui budaya hidup bersih sejak dini. Keberhasilan dan implementasi hal ini diharapkan dapat berpengaruh positif terhadap prestasi dan motivasi belajar anak usia sekolah sehingga dapat memberikan pengaruh positif untuk kehidupannya di masa akan datang.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan oleh civitas akademika dari Universitas Syiah Kuala (USK) Banda Aceh yang terdiri dari staf pengajar pada fakultas kedokteran dan fakultas teknik. Adapun kegiatan ini dilaksanakan pada 28 Januari 2023. Sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah anak usia sekolah yang berada di panti asuhan Yayasan Kesejahteraan Masyarakat Aceh (YAKESMA). Umumnya yang berada pada panti asuhan YAKESMA adalah anak sekolah dengan strata Pendidikan dari SD, SMP hingga SMU yang berjumlah total 70 orang. Panti asuhan YAKESMA Aceh Besar memiliki kegiatan dan tanggung jawab yang berkaitan dengan bidang penyantunan, pendampingan dan Pendidikan bagi anak yatim, yatim piatu dan anak dari golongan ekonomi lemah. Lokasi YAKESMA ini berada di wilayah desa Tanjung Selamat, Aceh Besar, Aceh.

Adapun metode pengabdian yang kami lakukan adalah ceramah atau penyuluhan dengan media poster tentang pentingnya menjaga budaya hidup bersih yaitu dengan membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan, mandi dengan teratur, menjaga kebersihan badan, gigi dan mulut, serta menjaga kebersihan lingkungan sekitar. Selain itu, pendekatan juga dilakukan dengan membagikan stiker dan membuat *storyboard* dengan karikatur kartun sehingga dapat mudah dipahami dan disenangi oleh anak usia sekolah. Pendekatan ini dianggap cukup berhasil karena dapat meningkatkan pemahaman, menginspirasi dan memicu pemikiran anak – anak terkait dengan materi yang akan disampaikan (Maruro & Gunansyah, 2018).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk dari tridharma perguruan tinggi selain pelaksanaan pendidikan, penelitian dan pengajaran, hal ini merupakan amanat dari undang – undang No. 12 tahun 2012 tentang perguruan tinggi. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi nyata kepada masyarakat yang bertujuan dalam rangka berbagi ilmu pengetahuan, informasi dan edukasi yang berkaitan dengan pengembangan pengetahuan oleh perguruan tinggi dari berbagai multidisiplin ilmu. Adapun salah satu bentuk dukungan dari program pemerintahan ini adalah civitas akademis yang berperan aktif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat dalam menerapkan budaya hidup bersih dalam kehidupan sehari – hari. Upaya ini dilakukan untuk mencegah penyebaran penyakit menular dan penyebaran virus yang sangat mudah mempengaruhi kesehatan manusia.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode ceramah atau penyuluhan mengenai sosialisasi dan penerapan hidup bersih untuk *anak – anak yang memiliki status pelajar atau sekolah* serta diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan prestasi belajar mereka. Adapun yang menjadi sasaran kegiatan ini adalah anak usia sekolah yang terdiri dari SMU, SMP dan SD yang terdapat atau menjadi penghuni panti asuhan YAKESMA di Aceh Besar yang berjumlah 70 orang. Metode ini dipilih dimana diharapkan

mampu menyampaikan informasi secara langsung berkaitan dengan pengetahuan yang akan disampaikan. Selain itu, penyuluhan merupakan metode yang paling sederhana dan mudah untuk melakukan interaksi secara langsung kepada pesertanya.

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan beberapa tahapan kegiatan, dimana penyuluhan dilakukan dengan menerapkan protocol kesehatan dan materi yang disampaikan adalah tindakan kebiasaan atau aktivitas yang biasa dilakukan oleh individu dalam kegiatan sehari – hari seperti membersihkan badan, gigi dan mulut, membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan dan membersihkan lingkungan sekitar. Berikut bentuk sosialisasi atau penyuluhan yang dilakukan sesuai dengan anjuran pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, seperti:

1. Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih dan mengalir

Pada bagian ini tim penyuluh meminta seluruh peserta untuk mempraktikkan cara mencuci tangan dengan tepat dan benar yaitu: mengikuti Gerakan mencuci tangan dan menggunakan sabun antiseptik. Mencuci tangan secara rutin dan menggunakan sabun akan menurunkan penyebab infeksi penyakit menular (Muflihah, Syamrotul, Noviyana, Purwati, & Margiana). Adapun Langkah mencuci tangan dengan benar adalah sebagai berikut:

- a. Membasuh kedua tangan sampai dengan telapak tangan dengan sabun dibawah air bersih dan mengalir
- b. Membasuh kedua tangan sampai dengan telapak tangan kanan dan kiri secara bergantian dengan sabun dibawah air bersih dan mengalir
- c. Membasuh kedua tangan sampai dengan telapak dengan jari dan saling mengait dengan sabun dibawah air bersih dan mengalir
- d. Membasuh jempol kanan dan kiri secara memutar oleh telapak tangan kanan dan kiri serta sebaliknya
- e. Membasuh jari tangan kanan dan kiri pada telapak tangan kiri. Selanjutnya gosok memutar ke kanan dan kiri. Lakukan berulang menggunakan sabun di bawah air bersih dan mengalir
- f. Membasuh pergelangan tangan kanan dan kiri yang dipegang dengan tangan kiri dengan gerakan memutar dan sebaliknya dengan sabun di bawah air bersih dan mengalir.

2. Melakukan olah raga dan kegiatan fisik lainnya

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang bermanfaat untuk menjaga dan meningkatkan Kesehatan. Manfaat berolahraga diantaranya untuk membuat badan bugar dan sehat. Selain itu, dengan olahraga dapat dapat menjaga dan meningkatkan Kesehatan bagi pelakunya. Pada kegiatan ini tim penyuluh memberi penyuluhan agar anak – anak dapat melakukan aktivitas fisik atau berolahraga secara teratur minimal tiga kali dalam seminggu. Olahraga dapat dilakukan dimana saja, yaitu di halaman panti asuhan, di sekolah pada jam olahraga atau setiap pagi di hari minggu secara Bersama – sama. Tim juga mengharapkan agar ibu dan bapak pendamping panti asuhan dapat menjadwalkan kegiatan olahraga secara teratur di pagi hari setiap hari minggu (Yunaz, et al., 2020)

3. Membuang Sampah dan memilah sampah dengan benar pada tempatnya

Sampah merupakan material sisa yang tidak diinginkan setelah berakhirnya suatu proses guna pakai. Sampah merupakan media menumpuknya bakteri dan virus yang menyebabkan penyakit. Setiap individu perlu untuk mengetahui pemilahan sampah secara organik dan anorganik. Pemilahan sampah yang baik dan sesuai aturannya merupakan langkah penting untuk memudahkan proses pengolahan dan daur ulang sampah. Pada kegiatan ini tim memberikan materi ringan mengenai membuang sampah pada tempatnya, cara menanggulangi sampah dan pemilahan sampah yang baik dan benar (Yunaz, et al., 2020)

4. Menjaga Kebersihan dan Kesehatan diri

Menjaga kebersihan badan merupakan hal yang penting untuk dilakukan. Menjaga kebersihan badan seperti mandi dan sikat gigi secara teratur, menggunakan pakaian yang rapi dan bersih serta menjaga penampilan dengan menggunakan pakaian yang rapi dan sopan merupakan Langkah awal dalam menjaga Kesehatan dan kebersihan diri. Hal ini seperti hadist yang menyatakan bahwa “kebersihan adalah Sebagian dari iman” sehingga apabila tubuh bersih dan sehat secara fisik atau lahiriah maka akan mempengaruhi kebersihan hati atau batiniah. Penampilan yang bersih dan juga rapi akan mempengaruhi pula motivasi dan konsentrasi belajar anak sekolah. Sehingga diharapkan dengan menjaga kebersihan diri dan mulai menerapkan hidup bersih maka dapat meningkatkan budaya hidup bersih dan menjaga kelestarian lingkungan sekitar.

Pelaksanaan program ini dilakukan dengan sifat perintisan dan berupa penyuluhan dimana pelaksanaan dan metode yang diberikan tergolong ringan agar mudah dipahami oleh anak usia sekolah. Kegiatan ini merupakan salah satu bagian dari penanaman karakter dan budaya hidup bersih. Sehingga diharapkan setelah kegiatan ini dilakukan dapat meningkatkan kebiasaan atau budaya yang dilakukan secara berulang – ulang dengan pemantauan atau monitoring yang dilakukan oleh penjaga atau pengawas panti asuhan YAKESMA.



Gambar 1. Penyuluhan dan Penyampaian Materi PHBS



Gambar 2. Sesi Foto Bersama Narasumber beserta tim bersama Staf Panti Asuhan Yakesma



Gambar 3. Sesi Foto Bersama Narasumber, tim penyuluh kegiatan Bersama Staf dan Anak Panti Asuhan Yakesma

Pada akhir dari sesi kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim juga melakukan proses penyerahan bantuan sosial berupa sembako, makanan berupa camilan sehat serta bantuan paket kesehatan seperti sabun yang mengandung antiseptik dan hand sanitizer bagi anak – anak panti asuhan YAKESMA. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini dapat menjadi Langkah awal bagi anak – anak panti asuhan YAKESMA untuk menjaga budaya hidup bersih dan sehat sehingga dapat memotivasi diri untuk belajar dan meraih prestasi di sekolah.

## **KESIMPULAN**

Program ini memberikan dampak dan peningkatan pemahaman pengetahuan anak – anak usia sekolah khususnya pada panti asuhan YAKESMA untuk mengenal dan mengetahui budaya hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan pada air mengalir dan menggunakan sabun, menjaga kebersihan badan, gigi dan mulut dengan membersihkan diri secara teratur, melakukan aktivitas olahraga secara teratur serta membuang sampah pada tempatnya dan memilah sampah secara organik dan anorganik. Harapan kedepannya adalah perlu dilakukan tindak lanjut dan evaluasi dari implementasi kegiatan ini agar dapat terciptanya generasi yang sehat dan berprestasi.

## DAFTAR REFERENSI

- Ani, M., Wijayanti, K., Harwijayanti, B. P. & Kuswanto, K., 2020. Membudayakan Hidup Bersih dan Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Di Desa Jepangrejo, Blora. *Jurnal Abdimas madani*, 2(2), pp. 25-32.
- Asmadi, D. et al., 2021. Sosialisasi Penerapan Protokol Kesehatan Bagi Siswa di Masa Pandemi Covid-19 Pada Panti Asuhan Yakesma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Darma Bakti Teuku Umar*, 3(2), pp. 119-130.
- Damayanti, S. R., 2016. *pplikasi Pemilihan Kacamata dengan Metode Simple Additive Weighting ( SAW ) ' Application Selection Glasses With Simple Additive Weighting ( SAW)*. Purwokerto: s.n.
- Fitrani, F. A., 2020. *Perilaku Hidup Bersih Pada Anak Usia Dini di RA Muslimat NU 15 Malang*. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- FKUI, T., 2011. *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: FKUI.
- Hasdianah, H. D., 2012. *Mengenal Diabetes Mellitus Pada Orang Dewasa dan Anak-Anak dengan Solusi Herbal..* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lubis, R. R., Megawati, E. R. & Donna, L. L., 2016. Identifikasi kelainan mata dan koreksi tajam penglihatan presbiopia. *TALENTA*, pp. pp 13-19.
- Madani, Y. K., 2019. *Annual Report 2019*, Jakarta Selatan: YAKESMA.
- Maruro, L. & Gunansyah, G., 2018. Penggunaan Media Cerita Bergambar Terhadap Hasil belajar Siswa Pada materi IPS Kelas III SD YPI Darussalam Cerme - Gresik. 6(2).
- Muflihah, M. et al., n.d. Edukasi Cuci Tangan Sebagai Salah Satu Pencegahan dan Pengendalian Infeksi Dalam Upaya Mawas Diri dari Covid 19. *Bidan prada : Jurnal Publikasi kebidanan Sakbid YLPP*, 11(2).
- Nagamichi, M., 2011. *Kansei/Affective Engineering..* s.l.:Taylor and Francis Group.
- Nagamichi, M. & Lokman, A. M., 2011. *Innovations of Kansei Engineering*. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004. ed. s.l.:CRC Press.
- Natsir, M. F., 2019. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), pp. 54-59.
- RI, K. K., 2014. Situasi dan Analisis Diabetes, Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. p. doi: 24427659..
- Rosidin, U. & Suhendar, I., 2018. Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga di RW 14 Desa Jayaraga Tarogong Kidul Kabupaten Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), pp. 68-74.
- Rosyidi, C. N. & Iftadi, I., 2016. Head and facial anthropometry for determining the critical glasses frame dimensions. *Journal of Engineering Science and Technology*, pp. pp 1620 - 1628.

- Simbolon, P. & Simorangkir, L., 2018. Penerapan UKS dengan PHBS di wilayah kerja Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 17(1), pp. 16-25.
- Suryani, N. & Pramono, S. H., 2016. Diet dan Olahraga sebagai Upaya Pengendalian Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2015. *Jurkessia*, pp. pp 1-10.
- Wibowo, A., 2012. *Nilai Ringkasan Data'*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yunaz, H. et al., 2020. Penyuluhan Tentang Hidup Bersih dan Sehat Bagi Murid Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Teratai*, 1(2), pp. 237 - 244.