



## **PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG HIDUP BERSIH DAN SEHAT KEPADA ANAK YATIM DI WILAYAH PEJATEN TIMUR JAKARTA SELATAN**

**Siti Syamsiah\*, Cholisah Suralaga**

Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jl.Sawo Manila No 61. Pejaten Barat, Pasar Minggu, Jakarta Selatan, Jakarta 12520, Indonesia

\*[sitisyamsiah@civitas.umas.ac.id](mailto:sitisyamsiah@civitas.umas.ac.id)

### **ABSTRAK**

Perilaku yang sehat dan kemampuan masyarakat untuk memilih dan mendapatkan pelayanan kesehatan yang bermutu sangat menentukan keberhasilan pembangunan kesehatan, oleh karena itu salah satu upaya kesehatan pokok atau misi sector kesehatan adalah mendorong kemandirian masyarakat untuk hidup sehat. Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis, karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Selain rentan terhadap masalah kesehatan, anak usia sekolah juga berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaaan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat. Pada umumnya, anak-anak seusia ini juga memiliki sifat selalu ingin menyampaikan apa yang diterima dan diketahuinya dari orang lain. Kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah Pejaten Timur Jakarta Selatan yang berjudul “Penyuluhan Kesehatan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Yatim Di Wilayah Pejaten Timur Jakarta Selatan “ telah dilaksanakan dengan baik sebanyak satu kali pertemuan yakni pada tanggal 26-27 Januari 2021 yang diikuti oleh 40 Peserta. Peserta dalam pengabdian ini adalah anak yatim di Di Wilayah Pejaten Timur Jakarta Selatan. Evaluasi Kegiatan Penyuluhan Kesehatan pada Anak Yatim di Wilayah Pejaten Timur, Jakarta Selatan, beberapa aspek yang perlu dievaluasi diantaranya meliputi: Partisipasi Peserta: Evaluasi sejauh mana peserta anak yatim terlibat dalam kegiatan penyuluhan. Pemahaman Materi: Evaluasi pemahaman peserta tentang perilaku hidup bersih dan sehat setelah penyuluhan. Interaksi dan Pertanyaan: Evaluasi sejauh mana peserta berinteraksi dan mengajukan pertanyaan selama penyuluhan. Keterlibatan Orang Tua/Pengasuh: Evaluasi apakah orang tua atau pengasuh anak yatim juga terlibat dalam kegiatan. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini dapat dilihat dari perubahan perilaku peserta, peningkatan pengetahuan tentang PHBS, dan kesadaran akan pentingnya kesehatan. Diharapkan anak-anak yatim di wilayah Pejaten Timur dapat mengamalkan perilaku hidup bersih dan sehat setelah mengikuti penyuluhan. Selain itu, hasilnya juga dapat dilihat dari tanggapan positif dari peserta dan apakah mereka menerapkan apa yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: anak yatim; penyuluhan; perilaku hidup bersih dan sehat

## **HEALTH COUNSELING ABOUT CLEAN AND HEALTHY LIVING TO ORPHAN CHILDREN IN THE EAST PEJATEN AREA OF SOUTH JAKARTA**

### **ABSTRACT**

*Healthy behavior and the community's ability to choose and access quality healthcare services greatly determine the success of health development. Therefore, one of the primary efforts or missions in the health sector is to encourage community self-reliance in living a healthy life. School-age children are a critical age group because at that age, a child is vulnerable to health problems. In addition to being vulnerable to health issues, school-age children are also in a highly receptive state to stimuli, making them easily guided, directed, and instilled with good habits, including habits of clean and healthy living. Generally, children of this age also have a tendency to always convey what they receive and learn from*

*others. Community service activities in the East Pejaten area of South Jakarta titled "Health Education on Clean and Healthy Living Behavior for Orphans in the East Pejaten Area of South Jakarta" have been conducted well with one meeting held on January 26-27, 2021, attended by 40 participants. Participants in this service are orphaned children in the East Pejaten area of South Jakarta. Evaluation of Health Education Activities for Orphans in the East Pejaten area, South Jakarta, includes several aspects that need to be evaluated, including: Participant Participation: Evaluating the extent to which orphaned children participants are involved in the education activities. Material Understanding: Evaluating participants' understanding of clean and healthy living behaviors after education. Interaction and Questions: Evaluating the extent to which participants interact and ask questions during education. Parent/Caregiver Involvement: Evaluating whether parents or caregivers of orphaned children are also involved in the activities. The results of this education activity can be seen from changes in participants' behavior, increased knowledge of clean and healthy living behaviors, and awareness of the importance of health. It is hoped that orphaned children in the East Pejaten area can practice clean and healthy living behaviors after participating in the education. Additionally, the results can also be seen from the positive responses of participants and whether they apply what they have learned in their daily lives.*

*Keywords: counseling; clean and healthy living behavior; orphan children*

## **PENDAHULUAN**

Di Indonesia, umumnya anak yang telah ditinggal meninggal oleh seorang bapak atau seorang ibusaat sebelum usia belum memasuki usia dewasa disebut dengan yatim atau piatu. (Masyhari, 2017). Panti asuhan adalah suatu lembaga kesejahteraan sosial yang menjadi tempat untuk menampung, mendidik, serta memelihara anak yatim, yatim piatu, dan anak terlantar (Rompas, 2017). Sebuah studi menyebutkan bahwa anak-anak di panti asuhan sering kali menderita penyakit menular seperti diare, jamur pada kulit, kudis, dan kurap yang disebabkan oleh kondisi lingkungan panti asuhan yang kurang baik (Yulyani et al., 2019). Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan esensi dan hak asasi manusia untuk tetap mempertahankan kelangsungan hidupnya. Hal ini selaras dengan yang tercakup dalam konstitusi Organisasi Kesehatan Dunia tahun 1948 di sepakati antara lain bahwa diperolehnya derajat kesehatan yang setinggi-tingginya adalah hak yang fundamental bagi setiap orang tanpa membedakan ras, agama, politik, yang dianut dan tingkat sosial ekonominya. (Maryunani, et, al 2013). Masalah kesehatan yang sering timbul pada anak usia sekolah yaitu gangguan perilaku, penyakit infeksi, penyakit saluran pencernaan, penyakit saluran pernafasan, penyakit kulit dan malnutrisi. Masalah-masalah tersebut timbul karena kurangnya pengetahuan serta kesadaran akan pentingnya kesehatan terutama kebiasaan mencuci tangan dan mengonsumsi jajanan sehat.

Sebagian besar penyakit menular dapat dicegah melalui perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan serangkaian perilaku seseorang yang dilakukan atas dasar kesadaran untuk menjaga kebersihan dan kesehatan diri sendiri, kelompok, dan masyarakat untuk mewujudkan hidup yang lebih bersih dan sehat serta meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Perilaku tersebut diantaranya mencuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir, mengonsumsi makanan yang sehat dan bersih seperti sayur dan buah-buahan, menggunakan air bersih, menggunakan jamban sehat, mengelola limbah cair, dan rutin melakukan aktivitas fisik (Kementrian Kesehatan, 2011). Kementerian Kesehatan RI (2011) mengatakan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ialah suatu tindakan atau perilaku yang dilaksanakan atas dorongan diri sendiri, keluarga, kelompok atau masyarakat sebagai suatu dari pembelajaran agar dapat menolong dirinya sendiri dalam mewujudkan Kesehatan masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ini memiliki pedoman yang termuat dalam

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia yang didalamnya membahas upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Menurut Nurhajati (2015) mengatakan bahwa upaya ini sebagai penguatan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi Kesehatan sehingga masyarakat sadar akan pentingnya Kesehatan dan turut andil dalam meningkatkan derajat Kesehatan (Nur et al, 2022)PHBS merupakan kependekan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sedangkan pengertian PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat.

Terdapat langkah – langkah berupa edukasi melalui pendekatan pemuka atau pimpinan masyarakat, pembinaan suasana dan juga pemberdayaan masyarakat dengan tujuan kemampuan mengenal dan tahu masalah kesehatan yang ada di sekitar; terutama pada tingkatan rumah tangga sebagai awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat. Mayoritas merupakan anak-anak yatim dengan usia yang rentan terhadap masalah kesehatan. Oleh karena itu, program pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta diharapkan dapat mengaplikasikan PHBS dalam kehidupan sehari-hari di wilayah Pejaten Timur Jakarta Selatan. Dengan banyaknya kasus yang meningkat dan berkeinginan memberikan kesadaran kepada anak – anak akan pentingnya kesehatan dan kebersihan diri, maka kami dari kebidanan ikut berpartisipasi untuk memberikan penyuluhan atau himbauan kepada anak-anak yatim untuk melakukan hidup sehat dan bersih dimasa sekarang ini, serta mengedukasikan tentang bagaimana pencegahan penyebaran virus covid-19 ini. Kegiatan ini bertujuan agar anak – anak lebih peduli akan kesehatan dan kebersihan diri serta pentingnya mantaati protokol kesehatan agar terhindar dari virus covid-19.

## **METODE**

Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Pejaten Timur Jakarta Selatan pada tanggal 20 Januari 2023. Kegiatan ini diawali dengan melakukan studi pendahuluan, pembentukan tim penyuluhan, sosialisasi kegiatan dan melakukan penyuluhan yang dilakukan diskusi dengan tanya jawab dengan mendampingi pengurus dari panti asuhan untuk mengidentifikasi permasalahan prioritas yang memerlukan intervensi. Ada 35 orang anak yang hadir pada kegiatan ini. Kegiatan ini diawali dengan edukasi untuk menjaga hidup sehat dengan diawali kebersihan pada diri sendiri dan melakukan evaluasi untuk menilai dampak dari kinerja pada pengabdian kepada Masyarakat ini dengan dilakukan diskusi tanya jawab.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Peserta penyuluhan kebersihan ini diikuti oleh 35 peserta wilayah Pejaten Timur Jakarta Selatan . Kegiatan penyuluhan di awali dengan pertanyaan langsung dan dijawab oleh salah satu anak secara bergantian menjawab setiap pertanyaan pada kegiatan penyuluhan ini.



Gambar 1. Perkenalan diri dan penyampaian materi yang akan dibahas Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Anak Yatim Kegiatan dilaksanakan sesuai dengan relevan di lakukan pada Sabtu tanggal 20 Januari 2024.



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan hidup sehat dan tanya jawab

Hasil pelaksanaan penyuluhan kesehatan tentang hidup bersih dan sehat kepada anak yatim di wilayah Pejaten Timur, Jakarta Selatan, dapat dinilai berdasarkan berbagai indikator dan dampak yang mungkin muncul. Berikut beberapa kemungkinan hasil yang positif dari kegiatan tersebut: 1. Pemahaman yang Meningkat: Anak-anak yatim diharapkan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya hidup bersih dan sehat dan mereka dapat memahami dampak kebersihan dan kesehatan terhadap kualitas hidup dan pencegahan penyakit. 2. Perubahan Perilaku: Adanya perubahan perilaku positif, seperti mencuci tangan secara teratur, menjaga kebersihan pribadi, dan mempraktikkan gaya hidup sehat, meningkatnya kesadaran akan pentingnya pola makan seimbang dan kegiatan fisik. 3. Penyadaran Kesehatan Mental: Dukungan psikologis dan aktivitas penyuluhan dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mental anak-anak yatim, mereka dapat mengembangkan keterampilan coping dan rasa percaya diri. 4. Partisipasi Aktif Komunitas: Penyuluhan dapat merangsang partisipasi aktif anak-anak yatim dalam kegiatan kesehatan komunitas, mereka mungkin terlibat dalam kegiatan olahraga, kebersihan lingkungan, atau proyek kesehatan masyarakat lainnya. 5. Pemberdayaan Diri: Anak-anak yatim dapat merasa lebih berdaya dan mampu mengambil tanggung jawab terhadap 304anjang304n dan kebersihan pribadi mereka, mereka dapat menjadi agen perubahan dalam lingkungan mereka. 6. Perubahan Lingkungan Sekitar: Kesadaran anak-anak yatim dapat merambah ke lingkungan sekitar mereka, mendorong perubahan positif dalam kebersihan. 7. Dukungan dari Komunitas: Adanya dukungan dari pihak terkait, seperti pemerintah setempat, dapat memperkuat keberlanjutan program. 8. Peningkatan Akses Pelayanan Kesehatan: Melalui penyuluhan, anak-anak yatim mungkin lebih sadar akan pentingnya akses ke layanan 304anjang304n dan dapat diarahkan untuk mendapatkan perawatan yang dibutuhkan. Penting untuk melakukan evaluasi terus-menerus untuk memantau dampak jangka panjang penyuluhan Kesehatan ini dan melakukan penyesuaian jika diperlukan. Melibatkan anak-anak yatim, panti asuhan, dan komunitas dalam proses evaluasi dapat memastikan keberlanjutan dan keberhasilan program ini dalam jangka panjang.



Gambar 3. Penyuluhan ttg dampak dari tidak hidup sehat

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kegiatan yang sangat penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan dalam melihat pentingnya hidup bersih dan sehat dengan menjelaskan arti hidup bersih dan sehat serta dampak positifnya terhadap kesehatan tubuh dan pikiran dan memotivasi anak yatim untuk menjadikan pola hidup bersih dan sehat sebagai gaya hidup sehari-hari. Menjaga personal hygiene dengan mendiskusikan praktek kebersihan diri yg salah satunya mencuci tangan secara teratur, Kebersihan Lingkungan dengan menyoroti pentingnya menjaga kebersihan lingkungan tempat tinggal, baik di panti asuhan maupun di sekitar tempat tinggal kita masing-masing, dan memberikan penyuluhan tentang bahaya sampah dan cara mengelola sampah dengan benar. Gizi seimbang dengan memberikan informasi tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta memberikan contoh makanan sehat. Olahraga dan aktifitas fisik dengan mendorong anak yatim untuk aktif berolahraga dan melakukan aktivitas fisik guna menjaga kesehatan jasmani dan Rohani, memberikan alternatif kegiatan olahraga yang dapat dilakukan tanpa memerlukan fasilitas khusus.



Gambar 4. Praktek Mencucu Tangan

Pencegahan penyakit dengan memberikan informasi tentang cara mencegah penyakit tertentu, seperti mencuci tangan untuk mencegah penyakit infeksi dan memberikan pencegahan tentang imunisasi dan pentingnya mengikuti jadwal imunisasi. Pertanyaan dan diskusi dibuka ruang untuk pertanyaan dan diskusi agar anak yatim dapat berpartisipasi aktif dalam penyuluhan dan memberikan jawaban yang jelas dan informatif terhadap pertanyaan mereka. Dengan memberikan dorongan yang positif untuk menginspirasi anak yatim agar penyuluhan lebih mudah dipahami dan diingat dengan memberikan materi dalam bentuk menarik dengan menggunakan media visual dan materi menarik agar penyuluhan lebih mudah dipahami dan selalu diingat. Penting untuk memastikan bahwa penyuluhan dilakukan dengan penghormatan terhadap latar belakang dan kebutuhan anak yatim. Selain itu, melibatkan para pengasuh atau pendamping anak yatim juga dapat meningkatkan efektivitas pada penyuluhan ini.

## **SIMPULAN**

Kesadaran hidup bersih dan sehat telah meningkat di kalangan anak yatim di Jakarta Selatan. Mereka menunjukkan perubahan perilaku positif terkait personal hygiene dan pola makan, serta memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan aktivitas fisik. Mereka juga memahami pentingnya pencegahan penyakit dan kesehatan mental. Partisipasi aktif mereka dalam

penyuluhan menunjukkan respon positif, dengan dukungan tambahan dari pengasuh. Penyuluhan ini memberikan motivasi kepada mereka untuk menjalani gaya hidup lebih baik, dengan harapan penyuluhan lanjutan guna memastikan pemahaman dan perilaku sehat yang konsisten.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Brown, J. E. (2014). *Nutrition Through the Life Cycle*. Cengage Learning.
- Depkes RI. (2016). *Buku Saku Kesehatan Anak*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Donnelly, J. E., Blair, S. N., Jakicic, J. M., Manore, M. M., Rankin, J. W., & Smith, B. K. (2009). American College of Sports Medicine Position Stand. Appropriate physical activity intervention strategies for weight loss and prevention of weight regain for adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 41(2), 459-471.
- Kemntrian Kesehatan. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Pedoman Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Masyhari, F. (2017). Pengasuhan Anak Yatim Dalam Prespektif Pendidikan Islam. *Manajemen Dan Pendidikan Islam*, 2, 233–251.
- Maryunani, et al (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Preventif dalam Memutus Rantai Penyebaran Covid–19 pada kalangan Mahasiswa Baru Farmasi. *To Maega Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol.4
- Nur,et,al (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Preventif dalam Memutus Rantai Penyebaran Covid–19 pada kalangan Mahasiswa Baru Farmasi. *To Maega Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol.4
- Rompas, H.J.(2017). *Panti Asuhan Anak*. 6–8.
- Nursalam. (2019). *Edukasi Kesehatan: Teori dan Praktik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurhajati. (2015). Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) sebagai upaya preventif dalam memutus rantai penyebaran covid–19 pada kalangan mahasiswa baru farmasi. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 153-159
- Rompas, H. J. (2017). *Panti Asuhan Anak*. 6–8.
- UNICEF. (2015). *Panduan Hidup Sehat untuk Anak*.
- Yulyani, V., Aryastuti, N., Nuryani, D. D., Sary, L., & MS, S. (2019). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Panti Asuhan Al-Husna Bandar Lampung: Pengabdian Masyarakat Kerjasama Dengan University Putera Malaysia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(9), 95–100.
- World Health Organization (WHO). (2018). *Clean Hands Protect Against Infection*.