

MENGOPTIMALKAN *PERSONAL HYGIENE* KELOMPOK ANAK USIA SEKOLAH SUKU ANAK DALAM UNTUK MENINGKATKAN DERAJAT KESEHATAN DI DESA BUKIT SUBAN

Rakhe Maihanda¹, Siti Mashirotul Khoiriyah², Siska Septiani³,
Dinda Oktafia⁴, Danu Pendawa⁵, Asparian⁶

^{1,3}Peminatan Epidemiologi IKM FKIK Universitas Jambi

²Peminatan Kesehatan Reproduksi I IKM FKIK Universitas Jambi

^{4,5}Peminatan K3 IKM FKIK Universitas Jambi

⁶Jurusan Kesmas FKIK Universitas Jambi

Corresponding author email: rakhe337@gmail.com

ABSTRAK

Personal hygiene merupakan salah satu solusi untuk meminimalisir risiko terkontaminasi penyakit yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis. Pelaksanaan *personal hygiene* pada Suku Anak Dalam selama ini tergolong masih sangat minim, sehingga berisiko terjangkit penyakit tidak menular seperti diare, malaria, cacangan, dan hepatitis B. Tidak adanya perubahan perilaku kesehatan yang signifikan dari tahun-ketahun berdampak pada peningkatan angka kesakitan pada masyarakat Suku Anak Dalam. Maka dari itu, dibutuhkan adanya pendampingan dan pemberdayaan dalam mengoptimalkan *personal hygiene* secara bertahap dan berkelanjutan dikarenakan karakteristik, gaya hidup, dan kurangnya pengetahuan sehingga sulit untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Sasaran kegiatan ini adalah kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam yang berada di Desa Bukit Suban, Kecamatan Air Hitam, Kabupaten Sarolangun, Provinsi Jambi. Metode yang digunakan dalam kegiatan *personal hygiene* adalah *brainstorming*, *role playing*, penyuluhan kesehatan, dan Gerakan Merangkul Mimpi dan Cita Suku Anak Dalam (GEMPITA SAD). Dari kegiatan ini ada peningkatan pengetahuan *personal hygiene* yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* dengan hasil 27,5% menjadi 60% anak usia sekolah Suku Anak Dalam yang telah mengetahui tentang *personal hygiene* dan dapat mempraktekannya dengan baik dan benar.

Kata kunci: *personal hygiene*, anak usia sekolah Suku Anak Dalam, *brainstorming*, *role play*

ABSTRACT

Personal hygiene is one solution to minimize the risk of being contaminated with disease which aims to prevent disease in oneself and others, both physically and psychologically. The implementation of *personal hygiene* in the Suku Anak Dalam is still very minimal, so there is a risk of contracting non-communicable diseases such as diarrhea, malaria, intestinal worms, and hepatitis B. The absence of significant changes in health behavior from year to year has an impact on increasing morbidity rates in the Suku Anak Dalam. Therefore, assistance and empowerment are needed in optimizing *personal hygiene* gradually and sustainably due to characteristics, lifestyle, and lack of knowledge so that it is difficult to implement clean and healthy living behaviors. The target of this activity is the Suku Anak Dalam school age group in Bukit Suban Village, Air Hitam District, Sarolangun Regency, Jambi Province. The methods used in *personal hygiene* activities are *brainstorming*, *role playing*, health education, and the Movement to Embrace the Dreams and Aspirations of the Children Within (GEMPITA SAD). From this activity there was an increase in *personal hygiene* knowledge obtained from the *pre-test* and *post-test* with the results of 27.5% to 60% of the Suku Anak Dalam school age children who already knew about *personal hygiene* and could practice it properly and correctly.

Keywords: *personal hygiene*, Suku Anak Dalam school age children, *brainstorming*, *role play*

PENDAHULUAN

Suku Anak Dalam (SAD) merupakan suku primitif yang hidup dengan cara mengasingkan diri didalam hutan dataran rendah dengan pola hidup semi nomadik dan memanfaatkan hasil alam untuk terus bertahan hidup. SAD saat ini menetap dalam sudung yang terbuat dari daun serdang atau terpal yang dijadikan sebagai atap, kayu sebagai tiang dan lantai, kemudian rotan sebagai pengikatnya. Mereka memakai pakaian adat unik bernama cawat dan kemben untuk menutup organ vitalnya. Selain itu, adat ritual mereka masih kental dan melekat dengan menganut kepercayaan kepada dewa-dewa dan arwah leluhur⁴.

Ada beberapa permasalahan yang terjadi pada SAD disebabkan oleh faktor perilaku dan lingkungan yang mempengaruhi kesehatan, terutama pada kelompok berisiko yaitu anak-anak, ibu hamil, dan usia lanjut. Kasus yang sering terjadi adalah gizi buruk, persalinan tidak steril, dan kematian tinggi. Kasus lainnya seperti diare, cacangan, penyakit kulit, malaria, dan hepatitis B dengan prevalensi mencapai 33,9%⁴. Hasil riset Universitas Jambi antara 2019-2020 tentang Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) menemukan lebih dari 60% wanita pasangan usia subur kelompok SAD di Desa Bukit Suban pernah mengalami kematian anak yang disebabkan oleh keguguran, kematian bayi baru lahir, dan kematian pada anak. Ditemukan juga kasus *stunting* pada anak-anak SAD mencapai 48% lebih tinggi dari standar WHO yaitu 20%. Terdapat pula sebanyak 40% ibu hamil dari kelompok SAD mengalami kekurangan energi kronis dan anemia³.

Desa Bukit Suban terletak di

Kecamatan Air Hitam, Kabupaten Sarolangun, Provinsi Jambi. Secara spesifik keberadaan Suku Anak Dalam ini berada dikawasan hutan Taman Nasional Bukit Dua Belas dengan luas wilayah mencapai 29.485 Ha dengan karakteristik geografis yang masih melekat dengan alam¹. Populasi SAD tahun 2010 mencapai sekitar 4.000 lebih jiwa yang menyebar di beberapa lokasi. Populasi terbesar berada di kawasan Taman Nasional Bukit Dua Belas (TNBD) dengan jumlah 2.546 jiwa (survei 2017), sebagian kecil berada di wilayah Taman Nasional Bukit Tiga Puluh (TNBT) sebanyak 474 jiwa (survei 2013) dan yang lainnya berada di hutan-hutan sekunder dan perkebunan kelapa sawit sepanjang jalur lintas tengah Sumatera hingga ke

batas Sumatera Selatan, dengan jumlah populasi 1.373 jiwa (survei 2017)⁴.

Personal hygiene merupakan salah satu solusi untuk meminimalisir risiko terkontaminasi penyakit. Pelaksanaan *personal hygiene* pada SAD selama ini tergolong masih sangat minim. Tidak adanya perubahan perilaku kesehatan yang signifikan dari tahun-ketahun berdampak pada peningkatan angka kesakitan pada masyarakat SAD, sehingga dibutuhkan adanya pendampingan secara bertahap dan berkelanjutan. Oleh karena itu, tim PKM-PM berupaya mengoptimalkan *personal hygiene* kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam untuk meningkatkan derajat kesehatan di Desa Bukit Suban sehingga terciptanya kelompok anak usia sekolah yang sehat dan produktif.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema *personal hygiene* ini berlokasi di Desa Bukit Suban,

Kecamatan Air Hitam, Kabupaten Sarolangun, Provinsi Jambi. Sasaran pada kegiatan ini adalah kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 40 orang anak usia sekolah. Beberapa anak usia sekolah Suku Anak Dalam sudah mampu membaca, menulis, dan berhitung. Namun, hanya sedikit yang memiliki pengetahuan tentang *personal hygiene* dan cara mempraktekan pada kehidupan sehari-hari.

Metode yang dilakukan pada kegiatan ini adalah *brainstorming*, *role play*, penyuluhan kesehatan, Gerakan Merangkul Mimpi dan Cita Suku Anak Dalam (GEMPITA SAD), dan monitoring dan evaluasi. Media yang digunakan pada kegiatan ini berupa video edukasi yang memuat informasi mengenai *personal hygiene* seperti praktek mencuci tangan pakai sabundengan 6 langkah, menggosok gigi, dan memotong kuku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. *Brainstorming*

Metode *brainstorming* ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana anak usia sekolah Suku Anak Dalam memahami tentang *personal hygiene* berupa mencuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah, menggosok gigi, dan memotong kuku. Stigma bahwa Suku Anak Dalam tidak memiliki dasar yang baik terhadap *personal hygiene* serta kondisi ini diperparah dengan aspek lingkungan yang kurang mendukung untuk menerapkan *personal hygiene* pada populasi tersebut. Maka metode *brainstorming* diharapkan dapat memberi masukan bagi perubahan pola pikir serta wawasan kesehatan yang lebih baik dari sebelumnya.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan memberi manfaat dan perubahan kepada kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam dimana sebelumnya sebagian besar dari mereka belum mengetahui apa itu *personal hygiene*, bagaimana langkah melakukan *personal hygiene*, dan apa saja peralatan yang dibutuhkan pada saat melakukan *personal hygiene*. Pada saat kegiatan *brainstorming* dilakukan *pre-test*. Dari *pre-test* dicapai hasil hanya 11 orang anak dari 40 orang anak (27,5%) yang mengetahui tentang *personal hygiene*.

2. *Role Playing*

Metode *role playing* adalah salah satu bentuk pembelajaran, dimana peserta ikut terlibat aktif memainkan peran-peran tertentu. Melalui kegiatan ini belajar jadi menyenangkan, anak akan berusaha untuk menyelidiki dan kaya akan pengalaman, baik pengalaman dengan dirinya sendiri, orang lain maupun dengan lingkungan di sekitarnya. Metode *role playing* atau bermain dilakukan untuk menarik perhatian anak-anak agar turut serta dalam mempraktikkan *personal hygiene* tersebut. Sebab di usia ini anak-anak akan sangat mudah untuk mempelajari sesuatu dengan metode belajar sambil bermain.

Permainan yang dimainkan yaitu congklak. Congklak merupakan mainan tradisional yang sering dimainkan oleh anak-anak sebelum menyebar luasnya *game online* dan permainan modern seperti bola boling, bola basket, bola kecil, dan permainan dokter-dokteran. Sebelum melakukan permainan anak-anak diberi arahan, bagi siapa yang kalah akan mendapatkan hukuman dan harus menjelaskan tentang *personal hygiene* berupa mencuci tangan pakai sabundengan

6 langkah, menggosok gigi, dan memotong kuku kepada teman-temannya. Ternyata anak-anak yang mendapatkan hukuman sangat antusias mengerjakan hukumannya, anak-anak yang mendapatkan hukuman tidak hanya diberi hukuman saja melainkan dibarengi dengan pemberian edukasi tentang *personal hygiene* berupa mencuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah, menggosok gigi, dan memotong kuku. Pelaksanaan metode *role playing* ini sangat membantu dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat. Diharapkan kegiatan ini dapat berlanjut karena edukasi tidak dapat dilakukan hanya sekali saja.

3. Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan edukasi yang disampaikan dengan cara menyebarkan informasi, menanamkan keyakinan, agar masyarakat sadar, mengerti, memiliki keinginan dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan sehingga terjadipeningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap². Menurut WHO tujuan dari penyuluhan kesehatan adalah untuk merubah pola perilaku seseorang atau masyarakat terkhusus dalam bidang kesehatan. Berdasarkan teori Bloom, aspek perilaku dibagi menjadi tiga yaitu pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*), dan praktik (*practice*).

Penyuluhan kesehatan terhadap kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam mengenai *personal hygiene* dilakukan dengan memberi pemahaman bahwa menerapkan *personal hygiene* dapat mencegah penyakit seperti diare, cacangan, dan penyakit kulit. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini dilakukan dengan menggunakan media berupa video

edukasi yang memuat informasi mengenai *personal hygiene* seperti praktek mencuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah, menggosok gigi, dan memotong kuku.

4. Gerakan Merangkul Mimpi dan Cita Suku Anak Dalam (GEMPITA SAD)

Kegiatan Gerakan Merangkul Mimpi dan Cita Suku Anak Dalam (GEMPITA SAD) adalah sebuah kegiatan yang dirancang untuk dapat mengajak, mengajar, dan memberi motivasi mengenai apa saja profesi dan gambaran cita-cita kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam dimasa depan. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan beragam profesi dan pekerjaan yang dapat meningkatkan motivasi, minat, bakat, serta kemauan kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam untuk menggapai cita-cita yang diharapkan. Tidak hanya itu, kegiatan ini digarap dengan harapan dapat mengoptimalkan *personal hygiene*, sehingga terciptanya Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. Adapun kegiatan yang dilaksanakan, yaitu:

a. Mewarnai Mimpi dan Cita

Pada kegiatan ini kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam diberikan kertas sketsa profesi (dokter, polisi, tentara, guru, pilot, dan lainnya) tanpa warna yang dapat dipilih sesuai dengan cita-cita yang diinginkan. Anak-anak tersebut diminta untuk berkreasi dengan cara mewarnai kertas profesi menggunakan pensil warna yang telah disediakan.

b. Nonton Bersama Suku Anak Dalam

Pada kegiatan ini akan dilakukan nonton bersama video edukasi dan motivasi tentang berbagai profesi yang ada serta perannya dalam kehidupan. Video edukasi yang ditampilkan yaitu bagaimana cara mencuci tangan, cara menggosok gigi

yang baik dan benar, makan-makanan sehat, berbagai macam jenis buah-buahan dan manfaatnya. Menonton video edukasi ini dilakukan agar kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam dapat memahami secara visual agar terciptanya tubuh yang sehat.

c. Pohon Cita

Pada kegiatan ini kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam memilih stiker profesi yang telah dipilih pada kegiatan mewarnai mimpi dan cita untuk dikaitkan pada pohon cita yang telah disediakan. Hal ini dapat dimaknai sebagai benih dari cita-cita yang nantinya akan terus dirawat dan dijaga dengan semangat baru, sehingga pohon akan berbunga dan berbuah. Dimana bunga dan buah melambangkan bentuk atau wujud dari cita-cita yang akan mereka wujudkan seperti dokter, polisi, tentara, guru, pilot, dan lainnya. Pohon cita ini juga akan menjadi bentuk doa yang mengingatkan bahwa Suku Anak Dalam juga layak dan punya harapan yang sama.

5. Monitoring dan Evaluasi

Tahap monitoring dilakukan agar dapat melihat sejauh mana anak usia sekolah Suku Anak Dalam telah menerapkan *personal hygiene* dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian, pada saat monitoring dan evaluasi dilakukan *post-test* kepada anak usia sekolah Suku Anak Dalam. Dari hasil *post-test* yang didapatkan, terlihat bahwa ada peningkatan dari 27,5% menjadi 60% anak usia sekolah Suku Anak Dalam yang telah mengetahui tentang *personal hygiene* dan dapat mempraktikkannya dengan baik dan benar.

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui kekurangan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema *personal hygiene* di Desa Bukit Suban. Melalui evaluasi, kekurangan yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dapat diperbaiki menjadi lebih baik.

KESIMPULAN

Kehidupan Suku Anak Dalam sangat jauh dari kata sejahtera, terutama pada aspek kesehatan yang mereka hadapi. Kasus yang sering terjadi adalah gizi buruk, persalinan tidak steril, dan kematian tinggi. Kasus lainnya seperti diare, cacangan, penyakit kulit, malaria, dan hepatitis B dengan prevalensi mencapai 33,9%. *Personal hygiene* merupakan salah satu solusi untuk meminimalisir risiko terkontaminasi penyakit yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Bukit Suban menggunakan metode *brainstorming*, *role playing*, penyuluhan kesehatan, dan GEMPITA SAD. Kegiatan ini memberikan banyak manfaat dan perubahan kepada kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam. Hal ini dibuktikan dengan melakukan *pre-test* pada saat kegiatan *brainstorming* dan melakukan *post-test* pada saat monitoring dan evaluasi. Dari *pre-test* dan *post-test* didapatkan hasil dari 27,5% menjadi 60% kelompok anak usia sekolah Suku Anak Dalam yang telah mengetahui tentang *personal hygiene* dan dapat mempraktikkannya dengan baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Balai Konservasi Sumber Daya Alam Provinsi (BKSDA) Jambi. 2004. *Rencana Pengelolaan Taman Nasional Bukit Duabelas (RPTNBD)*. Jambi.
2. Notoatmodjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
3. Suprayitno, T. 2021. *Nestapa Orang Rimba: Dicap Pencuri dan Kelaparan di Kebun Sawit. Project Multatuli*. URL: <https://projectmultatuli.org/nestapa-orang-rimba-dicap-pencuri-dan-kelaparan-di-kebun-sawit/>. Diakses tanggal 22 Agustus 2021
4. Warsi.or.id. URL: <https://warsi.or.id/id/orang-rimba-kubu-dan-suku-anak-dalam-sad/>. Diakses tanggal 22 Agustus 2021.