

## EDUKASI PERSONAL HYGIENE PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN MANAJEMEN EMOSI GURU DI SLB AUTISMA YPPA PADANG

Guslinda<sup>1</sup>, Yola Yolanda<sup>2</sup>, Rahmi Khalida<sup>3</sup>, Annisa<sup>4</sup>, Melfa Dila Putri<sup>5</sup>, Firdiata Tazquilla Soxach Gaba<sup>6</sup>, Fitrah Tulummi Suza<sup>7</sup>, Mutiara Fitriani<sup>8</sup>, Gusta Randiva<sup>9</sup>

<sup>1,5</sup> Prodi DIII Keperawatan/STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

<sup>2,4,9</sup> Prodi S1 Keperawatan/STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

<sup>3,6,7,8</sup> Prodi D3 Terapi Wicara/STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

\*E-mail korespondensi: [guslinda72@gmail.com](mailto:guslinda72@gmail.com)

### Abstrak

**Latar Belakang:** Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan fisik, mental dan perilaku, hal ini menyebabkan kesulitan dalam melakukan personal hygiene di kehidupan sehari-hari, ada sebanyak 64 anak berkebutuhan khusus di SLB Autisma YPPA Padang, hampir semua anak tidak mampu melakukan personal hygiene secara mandiri, pemenuhan kebutuhan dilakukan oleh orang tua dan guru. Hal ini menyebabkan beban guru disekolah menjadi tinggi, sehingga membuat guru menjadi stres dan kesulitan dalam mengendalikan emosi. Untuk mengatasinya diadakan edukasi personal hygiene kepada guru yang bertujuan untuk meningkatkan personal hygiene anak berkebutuhan khusus dengan mengajarkan teknik mencuci tangan dengan benar dan manajemen emosi dengan mengajarkan terapi Hipnotis Lima Jari yang bertujuan mengontrol emosi guru.

**Metode:** Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan melakukan pemeriksaan asam urat dan melakukan edukasi mengajarkan teknik mencuci tangan dengan benar dan manajemen emosi dengan mengajarkan terapi Hipnotis Lima Jari pada guru di SLB Autisma YPPA Padang pada hari Kamis, 1 Desember 2022, dimulai dari jam 12.00-12.45 WIB. Peserta adalah guru yang berada SLB Autisma YPPA Padang. Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan guru mengenai personal hygiene dan manajemen emosi.

**Hasil:** hasil pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan pada guru terkait personal hygiene dan manajemen emosi dibuktikan 90% dari guru dapat mengulangi Teknik mencuci tangan dengan benar, dan terapi Hipnotis Lima Jari.

Kata Kunci: Anak Berkebutuhan Khusus, Guru, Manajemen Emosi, Personal Hygiene

### Abstract

**Background:** Children with special needs are children who have physical, mental and behavioral limitations, this causes difficulties in carrying out personal hygiene in everyday life, there are 64 children with special needs at SLB Autism YPPA Padang, almost all children are unable to carry out personal hygiene independently, Fulfillment of needs is carried out by parents and teachers. This causes the burden on teachers at school to become high, making teachers stressed and having difficulty controlling emotions. To overcome this, personal hygiene education was held for teachers which aims to improve the personal hygiene of children with special needs by teaching proper hand washing techniques and emotional management by teaching Five Finger Hypnosis therapy which aims to control teachers' emotions.

**Method:** The method of implementing this community service is by conducting uric acid

*examinations and conducting education teaching hand washing techniques correctly and emotion management by teaching Five Finger Hypnosis therapy. for teachers at SLB Autism YPPA Padang on Thursday, December 1, 2022, starting from 12.00-12.45 WIB. Participants are teachers who are at SLB Autism YPPA Padang. Providing education can increase teachers' knowledge about personal hygiene and emotion management*

**Result:** *The method of implementing this community service is by conducting uric acid examinations and conducting education teaching hand washing techniques correctly and emotion management by teaching Five Finger Hypnosis therapy. for teachers at SLB Autism YPPA Padang on Thursday, December 1, 2022, starting from 12.00-12.45 WIB. Participants are teachers who are at SLB Autism YPPA Padang. Providing education can increase teachers' knowledge about personal hygiene and emotion management.*

**Keywords:** *Personal Hygiene, Children with Special Needs, Emotion Management, Teachers*

## Pendahuluan

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memerlukan penanganan khusus karena adanya gangguan perkembangan dan kelainan yang dialami anak. Berkaitan dengan istilah disability, maka anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki keterbatasan di salah satu atau beberapa kemampuan baik itu bersifat fisik seperti tunanetra dan tunarungu, maupun bersifat psikologis seperti autisme dan ADHD (Fakhiratunnisa et al., 2022). Definisi tentang anak berkebutuhan khusus juga diartikan sebagai anak yang secara signifikan berbeda dalam beberapa dimensi yang penting dari fungsi kemanusiaannya, mereka secara fisik, psikologis, kognitif, atau sosial terlambat dalam mencapai tujuan atau kebutuhan dan potensinya secara maksimal (Semiawan, 2010). Anak berkebutuhan khusus perlu dikenali dan diidentifikasi dari kelompok anak pada umumnya, karena mereka memerlukan pelayanan yang bersifat khusus, seperti pelayanan medik, pendidikan khusus maupun latihan-latihan tertentu yang bertujuan untuk mengurangi keterbatasan dan ketergantungan akibat kelainan yang diderita, serta menumbuhkan kemandirian hidup dalam bermasyarakat. Anak berkebutuhan khusus memiliki resiko lebih tinggi untuk terserang penyakit daripada anak pada umumnya. Berbagai macam penyakit atau gangguan kesehatan yang menyerang anak umumnya disebabkan oleh infeksi bakteri dan virus yang berasal dari lingkungan sekitar. Sehingga, salah satu cara untuk menekan masalah ini adalah dengan menghindarkan anak dari lingkungan yang tidak sehat. Anak berkebutuhan khusus, terlebih berusia dini masih belum bisa berpikir secara abstrak. Selain itu, salah satu sifat perkembangan anak usia dini adalah imitasi, yakni kebiasaan meniru setiap hal yang ia lihat dari orang disekitarnya.

Sementara, BPS melaporkan, pada 2021, jumlah penyandang disabilitas usia sekolah atau (5-19 tahun) berkisar 2.197.833 jiwa. Sementara, yang terdata di Pusat Data dan Informasi Kemendikbudristek ada sekitar 269.398 anak yang mengenyam pendidikan di sekolah luar biasa (SLB) dan sekolah inklusi. Artinya, baru sekitar 12 sekian persen anak yang dilayani kebutuhan pendidikannya. Prevalensi disabilitas terus mengalami peningkatan pada tahun 2003 terdapat 0.9% anak dari Jumlah seluruh anak di Indonesia mengalami disabilitas, pada tahun 2006 terdapat 1.38% anak dari Jumlah

seluruh anak di Indonesia yang mengalami disabilitas dan puncaknya pada tahun 2012 terdapat 2.45% anak dari Jumlah seluruh anak di Indonesia . Anak tunadaksa merupakan kelompok yang rentan dan rawan terhadap paparan penyakit maupun ancaman kekerasan. Dalam Riskesdas 2018, data disabilitas dikelompokkan dalam 3 kategori, yaitu anak (umur 5-17 tahun), dewasa (umur 18-59 tahun) dan lanjut usia (umur  $\geq 60$  tahun), (Riskesdas, 2018). Masing-masing menggunakan instrumen yang berbeda menyesuaikan kondisi dan kebutuhan data masing-masing kelompok umur. Hasil Riskesdas 2018 mendapatkan 3,3% anak umur 5-17 tahun yang mengalami disabilitas. Berdasarkan data Dinas Pendidikan Sumatera Barat, jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) di Provinsi Sumatera Barat mencapai 6.133 orang. Rincian ABK, 124 anak tunanetra, 897 anak tunarungu, 3.437 anak tunagrahita, 195 anak tunadaksa, 128 anak tunalaras, 798 anak autisme, 159 anak ADHD, dan 395 anak kesulitan belajar (Ganto, 2020). Dan jumlah anak berkebutuhan khusus di SLB Autisma YPPA Padang sebanyak 64 orang.

Tidak setiap anak mengalami perkembangan normal. Banyak diantara mereka yang dalam perkembangannya mengalami hambatan, gangguan, kelambatan, atau memiliki faktor-faktor resiko sehingga untuk mencapai perkembangan optimal diperlukan penanganan atau intervensi khusus. Kelompok inilah yang kemudian dikenal sebagai anak berkebutuhan khusus (Suparno, 2007). Kemandirian bagi anak berkebutuhan khusus bertujuan untuk mempersiapkan insan yang bebas (tidak bergantung pada orang lain), bertanggung jawab, kreatif dan aktif serta dapat berdiri sendiri sesuai dengan kondisi dan kemampuan yang dimiliki. Tunadaksa yang tidak berhasil mencapai kemandirian akan kesulitan untuk melepaskan diri dari ketergantungan orang tua, kesulitan untuk mengambil keputusan secara bebas dan bertanggung jawab terhadap keputusannya. Kemandirian pada anak berkebutuhan khusus meliputi berbagai aspek dalam kehidupan, salah satunya adalah kemandirian dalam aspek kesehatan yaitu kemandirian dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat. Dari 64 orang anak berkebutuhan khusus di SLB Autisma YPPA Padang hampir semua belum mampu melakukan personal hygiene secara mandiri. Dirumah orang tua yang berperan untuk membantu personal hygiene pada ABK, sedangkan di sekolah Guru lebih berperan membantu personal hygiene anak berkebutuhan khusus. Sehingga guru banyak memiliki beban emosi yang begitu berat dalam mendidik anak berkebutuhan khusus. Kondisi ini sering menyebabkan guru kesulitan dalam mengontrol emosinya. Untuk itu dibutuhkan regulasi emosi pada guru agar emosi selalu tetap stabil.

Regulasi emosi harus dimiliki oleh semua guru dikarenakan setiap guru memiliki tantangan yang berbeda-beda di masing-masing sekolahnya. Tantangan dan ujian yang dihadapi oleh seorang guru di sekolah biasa tidaklah sekompleks dan sulit dibandingkandengan guru di sekolah inklusi ataupun sekolah luar biasa, di mana para guru harus menghadapi peserta didik yang tidak biasa atau memiliki kekhususan atau yang biasa disebut dengan ABK (Anak Berkebutuhan Khusus). Sekolah inklusi adalah sekolah yang siswanya terdiri dari siswa biasa dan juga siswa yang memiliki kebutuhan khusus. Kedua karakteristik siswa tersebut disatukan di

dalam kelas dan dibimbing oleh beberapa orang guru termasuk guru pendamping anak berkebutuhan khusus. Guru pendamping tersebut harus mampu dengan baik mengatasi permasalahan belajar anak biasa dan anak berkebutuhan khusus dengan sekaligus. Karena itu, guru pendamping di sekolah inklusi pastinya memiliki beban emosi yang lebih berat dibanding dengan guru yang berada di sekolah biasa. Hal tersebut dikarenakan anak berkebutuhan khusus memiliki perilaku dan emosional yang tidak stabil dan sering kali berubah-ubah.

## Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam mengatasi permasalahan kesehatan pada anak dengan kebutuhan khusus adalah secara langsung ke guru SLB Autisma YPPA Padang dengan Edukasi Personal Hygiene Pada Anak Berkebutuhan Khusus dan Manajemen Emosi Guru. Sejalan dengan metode pendekatan yang dilaksanakan, metode kerja yang telah diterapkan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Metode pelaksanaan

Tujuan	Kegiatan edukasi ini bertujuan meningkatkan pengetahuan guru mengenai personal hygiene kepada anak berkebutuhan khusus dan manajemen emosi guru.
Isi Kegiatan	Memberikan pengetahuan tentang personal hygiene kepada anak berkebutuhan khusus dan manajemen emosi guru.
Sasaran	Semua guru SLB Autisma YPPA Padang
Strategi	Ceramah, tanya jawab dan demonstrasi secara luring. Kegiatan dilakukan pada tanggal 1 Desember 2022 di aula SLB Autisma YPPA Padang

## Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan hari Kamis tanggal 1 Desember 2022 dimulai jam 12.00-12.45 WIB dengan pesertanya adalah guru SLB Autisma YPPA Padang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi 3 tahapan yaitu:

a. Tahap persiapan

Persiapan dimulai dari melakukan survei awal di SLB Autisma YPPA Padang dan membuat proposal satuan acara penyuluhan (SAP) serta meminta izin kepada pihak yang bersangkutan.

b. Tahap pelaksanaan

Pembukaan dibuka oleh moderator dan dijelaskan dengan tujuan kegiatan. Kemudian dilanjutkan presenter dengan pemaparan materi tentang Edukasi Personal Hygiene Pada Anak Berkebutuhan Khusus dan Manajemen Emosi Guru.

c. Tahap evaluasi

• Evaluasi Struktur

Peserta menghadiri kegiatan 90%. Tempat dan media yang digunakan pada saat

edukasi sesuai dengan rencana.

- Evaluasi Proses

Waktu yang direncanakan sesuai dengan kegiatan pengabdian masyarakat. Peserta sangat antusias dan aktif bertanya serta 90% peserta dapat mempragakan kembali teknik mencuci tangan dengan benar dan terapi hipnotis lima jari yang sudah di peragakan oleh presenter. Selama kegiatan berlangsung peserta mengikuti dari awal sampai akhir kegiatan.



Gambar 1. Pemberian Edukasi



Gambar 2. Demonstrasi mencuci tangan dengan benar



Gambar 3. Demonstrasi Terapi Hipnotis Lima Jari



Gambar 4: Foto bersama dengan kepala sekolah dan guru

## Diskusi

Menurut (Laily, 2012), dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting yang harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan, kenyamanan, keamanan, dan kesejahteraan klien. Praktek hygiene seseorang dipengaruhi oleh faktor pribadi, sosial dan budaya. Jika seseorang sakit biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini terjadi karena kita menganggap masalah kebersihan adalah masalah sepele, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum. Sebagai seorang perawat hal yang penting yang perlu diperhatikan selama perawatan hygiene klien adalah memberikan kemandirian bagi klien sebanyak mungkin, memperhatikan kemampuan klien dalam melakukan praktik hygiene, memberi privasi dan penghormatan, serta memberikan kenyamanan fisik kepada klien.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Personal Hygiene Menurut (Laily, 2012), sikap seseorang melakukan personal hygiene dipengaruhi oleh sejumlah faktor antara lain. Citra tubuh (body image). Penampilan umum pasien dapat menggambarkan pentingnya hygiene pada orang tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Citra tubuh ini dapat seringkali berubah. Citra tubuh mempengaruhi cara mempertahankan hygiene. Citra tubuh pasien dapat berubah akibat pembedahan atau penyakit fisik maka perawat harus membuat suatu usaha

ekstra untuk meningkatkan personal hygiene. Praktik sosial Kelompok-kelompok sosial wadah seorang pelayan berhubungan dapat mempengaruhi praktik hygiene pribadi. Status sosial ekonomi Sumber daya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang digunakan. Perawat harus menentukan apakah pasien dapat menyediakan bahan-bahan yang penting seperti deodoran, sampo, pasta gigi dan kosmetik. Perawat juga harus menentukan jika penggunaan dari produk- produk ini merupakan bagian dari kebiasaan sosial yang dipraktikkan oleh kelompok sosial pasien. Pengetahuan Pengetahuan tentang pentingnya hygiene dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik hygiene. Kendati demikian, pengetahuan itu sendiri tidaklah cukup. Pasien juga harus termotivasi untuk memelihara perawatan diri. Kebudayaan Kepercayaan kebudayaan pasien dan nilai pribadi mempengaruhi perawatan hygiene. Orang dari latar kebudayaan yang berbeda, mengikuti praktik perawatan diri yang berbeda. Kebiasaan dan kondisi fisik seseorang Setiap pasien memiliki keinginan individu dan pilihan tentang kapan untuk mandi, bercukur dan melakukan perawatan rambut. Orang yang menderita penyakit tertentu atau yang menjalani operasi seringkali kekurangan energi fisik atau ketangkasan untuk melakukan hygiene pribadi. Seorang pasien yang menggunakan gips pada tangannya atau menggunakan traksi membutuhkan bantuan untuk mandi yang lengkap. Kondisi jantung, neurologist, paru-paru dan metabolik yang serius dapat melemahkan atau menjadikan pasien tidak mampu dan memerlukan perawat untuk melakukan perawatan higienis total.

Macam-macam Tindakan Personal Hygiene Menurut (Laily, 2012). Pemeliharaan personal hygiene berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya. Seseorang dikatakan memiliki personal hygiene baik apabila orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi: kebersihan kulit, gigi, mulut, rambut, mata, hidung, telinga, kaki, kuku dan genetalia, serta kebersihan dan kerapian pakaiannya.

Guru lebih berperan di sekolah mengenai personal hygiene anak berkebutuhan khusus. Sehingga guru banyak memiliki beban emosi yang begitu berat dalam mendidik anak berkebutuhan khusus. Cara-cara untuk mengatasi stress yaitu dengan: Mencari informasi mengenai kondisi / masalah yang dihadapi dan solusi apa yang mungkin diambil. Melakukan tindakan dalam upaya mengurangi efek dari stress. Fleksibel dalam mencoba berbagai cara. Tidak bertindak impulsif/gegabah. Gunakan pikiran/kognitif untuk memahami dan mengatasi stress.

Pengelolaan emosi marah adalah upaya pengelolaan suatu kondisi yang mengakibatkan timbulnya ketidak seimbangan psikologis, hal tersebut tersebut membutuhkan upaya untuk mencapai keseimbangan kembali(Purwanto & Mulyono, 2006). Pengelolaan emosi marah adalah usaha pengendalian dari ketegangan fisik yang timbul akibat peningkatan energi yang terjadi akibat meningkatnya zat gula yang dikeluarkan oleh hati sehingga seseorang mengurangi atau menghilangkan tindakan agresif pada saat emosi marah herlangsung. Untuk mengatasi emosi guru adalah dengan menggunakan terapi hipnotis lima jari(Ghanesia et al., 2022).

Terapi hipnosis lima jari merupakan suatu terapi dengan menggunakan lima jari tangan dimana klien dibantu untuk mengubah persepsi ansietas, stres, tegang dan takut

dengan menerima saran-saran diambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah (Mawarti, 2021).

## Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar mulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Peserta mengikuti kegiatan dengan baik dan peserta aktif bertanya terkait materi yang diberikan. Adanya peningkatan pengetahuan dibuktikan dengan 90% peserta dapat mempragakan kembali teknik mencuci tangan dengan benar dan terapi hipnotis lima jari.

Saran dalam pengabdian masyarakat ini adalah semoga edukasi terkait Personal Hygiene Pada Anak Berkebutuhan Khusus dan Manajemen Emosi Guru dapat dilakukan oleh guru.

## Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian masyarakat menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Ketua Pengurus Yayasan MERCUBAKTIJAYA, Ketua STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, yang selalu mendukung penuh kegiatan Tri Dharma bagi Dosen, Kepala Sekolah, Guru dan Staff SLB Autisma YPPA Padang yang selalu mendukung kegiatan sehingga bisa menjadi mitra dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fakhiratunnisa, S. A., Pitaloka, A. A. P., & Ningrum, T. K. (2022). Konsep Dasar Anak Berkebutuhan Khusus. *MASALIQ*, 2(1), 26–42. <https://doi.org/10.58578/masaliq.v2i1.83>
- Ganto. (2020). Retrieved October 02, 2020, from <https://www.ganto.co/berita/2654/mahyeldi-kota-padang-kota-peduli-disabilitas.html>.
- Ghanesia, H., Shifa, N. A., & Sarwili, I. (2022). Edukasi Hipnotis Lima Jari dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(4), 107–110. <https://doi.org/10.53801/JPMSK.V1I4.56>
- Laily, I. dan S. A. (2012). *Personal hygiene, konsep proses dan aplikasi dalam praktek keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Mawarti, I. (2021). *Hipnotis lima jari pada klien ansietas*. 000.
- Purwanto, Y., & Mulyono, R. (2006). *Psikologi Marah*. PT.Refika Aditama.
- Riskesdas. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
- Semiawan, C. R. & M. F. (2010). *Keluarbiasaan Ganda*. Jakarta: Kencana Prenada.
- Suparno. (2007). *Bahan Ajar Cetak :Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Direktorat Pendidikan Tinggi [Internet] from : Departemen Pendidikan <http://wordpress.com>.