

PENYULUHAN TENTANG KEBERSIHAN DIRI PADA SANTRI PESANTREN BAHARUDDIN DI DESA JANJI MAULI MT TAPANULI SELATAN

Alwi Badaruddin¹, Feby Nazila², Anni Fadilah Tanjung³, Nanda Nur Aini⁴, Mey Lisda Tanjung⁵, Renita Indri Yani⁶, Mutiara Ramadhani Nasution⁷, Siti Nurkholijah⁸, Nur Arfah Nasution⁹, Nanda Suryani Sagala¹⁰, Nur Arfah Nasution¹¹
ariussaputra933@gmail.com¹, febynazila56@gmail.com², anifadilah01@gmail.com³,
nandanuraini79@gmail.com⁴, meytyjgg050304@gmail.com⁵, renit4indriyani@gmail.com⁶,
nmutiara899@gmail.com⁷, sitinasution100@gmail.com⁸

Aufa Royhan

ABSTRAK

Kebersihan pribadi adalah tindakan merawat diri sendiri, yang juga disebut sebagai tindakan menjaga kebersihan tubuh dan pakaian seseorang untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Merawat bagian tubuh seperti rambut, mata, hidung, mulut, gigi, kulit, ketiak dan lain-lain disebut sebagai kebersihan pribadi. Kebersihan adalah hal yang sangat pribadi, dan mendorong perubahan dalam kebersihan membutuhkan keterampilan dan perhatian. Indonesia merupakan salah satu negara yang gencar dalam melakukan peningkatan kesehatan masyarakat, melalui kementerian kesehatan pemerintah mencanangkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai sarana peningkatan kesehatan bagi masyarakat. Dalam program PHBS terdapat 10 program penting yang dilakukan dan diberikan kepada masyarakat yang salah satunya adalah mencuci tangan atau menjaga kebersihan tangan (hand hygiene), kebersihan tangan (hand hygiene) merupakan cara untuk meningkatkan kebersihan diri individu. Untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan diri maka diperlukan tindakan pemberian edukasi melalui penyuluhan tentang pentingnya kebersihan diri. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2025 di Pesantren Modern Bahaduddin yang bertempat di Desa Janji Mauli MT, Kecamatan Angkola Muaratais, Kabupaten Tapanuli Selatan. Materi yang disampaikan adalah tentang pentingnya menjaga kebersihan diri sebagai bentuk ibadah dan pencegahan penyakit dengan sasaran penyuluhan adalah siswa kelas 7 yang berjumlah sebanyak 33 siswa. Kegiatan meliputi pengenalan, penyampaian materi, demonstrasi atau praktek serta kuis untuk meningkatkan pemahaman siswa. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa metode yang diterapkan mampu menarik perhatian dan meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya kebersihan diri. Diharapkan kegiatan serupa dapat diterapkan secara berkelanjutan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan ramah anak.

Kata Kunci: Kebersihan, Penyuluhan, Self-Care.

ABSTRACT

Personal hygiene is the act of self-care, also referred to as maintaining the cleanliness of one's body and clothing to improve overall health and well-being. Taking care of body parts such as hair, eyes, nose, mouth, teeth, skin, underarms, and others is considered personal hygiene. Hygiene is highly personal, and encouraging changes in hygiene requires skill and attention. Indonesia is one of the countries actively promoting public health improvement. Through the Ministry of Health, the government has launched the Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) program as a means to enhance community health. The PHBS program includes 10 essential initiatives, one of which is washing hands or maintaining hand hygiene, an important practice to improve individual hygiene. To enhance knowledge about personal hygiene, educational efforts through counseling on the importance of hygiene are necessary. A counseling session was conducted on May 20, 2025, at Pesantren Modern Bahaduddin, located in Desa Janji Mauli MT, Angkola Muaratais District, South Tapanuli Regency. The material presented emphasized the importance of maintaining personal hygiene as an act of worship and disease prevention. The counseling targeted seventh-grade students, totaling 33 participants. The activities included

introductions, material presentations, demonstrations or practical exercises, and quizzes to enhance student understanding. Evaluation results indicated that the applied methods effectively captured students' attention and improved their comprehension of the significance of personal hygiene. It is hoped that similar initiatives can be continuously implemented to create a safe and child-friendly school environment.

Keywords: *Cleanliness, Counseling, Self-Care.*

PENDAHULUAN

Kebersihan pribadi adalah tindakan merawat diri sendiri, yang juga disebut sebagai tindakan menjaga kebersihan tubuh dan pakaian seseorang untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Merawat bagian tubuh seperti rambut, mata, hidung, mulut, gigi, kulit, ketiak dan lain-lain disebut sebagai kebersihan pribadi. Kebersihan adalah hal yang sangat pribadi, dan mendorong perubahan dalam kebersihan membutuhkan keterampilan dan perhatian. Pengetahuan yang baik tentang kebersihan pribadi sangat penting untuk meningkatkan kesehatan siswa dan mencegah penyakit. Namun, banyak hal yang dapat dilakukan secara pribadi untuk memastikan bahwa kita tetap sehat dengan mempraktikkan kebersihan pribadi yang baik dan menjaga lingkungan agar aman dari organisme penyebab penyakit. (Nurudeen & Toyin, 2020).

Indonesia merupakan salah satu negara yang gencar dalam melakukan peningkatan kesehatan masyarakat, melalui kementerian kesehatan pemerintah mencanangkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai sarana peningkatan kesehatan bagi masyarakat. Dalam program PHBS terdapat 10 program penting yang dilakukan dan diberikan kepada masyarakat yang salah satunya adalah mencuci tangan atau menjaga kebersihan tangan (hand hygiene), kebersihan tangan (hand hygiene) merupakan cara untuk meningkatkan kebersihan diri individu (Meiranda Hafsa Ritonga et al., 2022)

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan penyuluhan kepada siswa Pesantren Modern Baharuddin di Desa Janji Mauli MT terkait dengan Pentingnya Kebersihan Diri. Kegiatan ini dilakukan menggunakan beberapa metode untuk menarik minat dari siswa yang terdiri dari melakukan senam untuk meningkatkan rasa semangat dan rasa senang saat memulai kegiatan penyuluhan, pemberian materi, demonstrasi kegiatan kebersihan diri, dan games untuk menghilangkan rasa jenuh saat berlangsungnya kegiatan penyuluhan.

Tujuan dari edukasi pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengedukasi para siswa tentang pemahaman dari pentingnya kebersihan diri, dengan harapan anak-anak dapat menjalani kehidupan sekolah dengan menyenangkan.

METODE

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Pesantren Modern Baharuddin di Desa Janji Mauli MT, Kecamatan Angkola Muaratais, Kabupaten Tapanuli Selatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari selasa, tanggal 20 Mei 2025 dan sasaran dari kegiatan ini adalah siswa kelas 7. Jumlah peserta di dalam penyuluhan berjumlah sebanyak 33 siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan tentang kebersihan diri dilaksanakan di Pesantren Modern Baharuddin yang beralamat di Desa Janji Mauli MT, Kecamatan Angkola Muaratais, Kabupaten Tapanuli Selatan. Kegiatan penyuluhan dilakukan kepada siswa kelas 7 yang berjumlah 33 siswa dan kegiatan ini dilaksanakan menjadi 3 bagian yaitu: pra-kegiatan, kegiatan penyuluhan, dan pasca-kegiatan.

Pada pra-kegiatan penyuluhan, dilakukan peninjauan dan diskusi dengan guru ustadzah Pesantren Modern Baharuddin tentang pelaksanaan kegiatan. Dari hasil diskusi

disepakati waktu penyuluhan dilaksanakan pada hari selasa, tanggal 20 Mei 2025 dan durasi penyuluhan disesuaikan dengan waktu satu mata pelajaran yang kurang lebih selama 45 menit.

Pada pelaksanaan kegiatan penyuluhan diatur urutan kegiatan sebagai berikut:

1. Pendahuluan dan ice breaking

Pertama kali dilakukan perkenalan antara penyelenggara kegiatan dengan siswa dan melakukan ice breaking atau pencairan suasana dengan cara senam “menggapai bintang”. Setelah dilakukan senam, diharapkan bias memikat perhatian dari siswa terhadap edukasi yang akan diberikan.

2. Penyampaian materi

Materi yang disampaikan adalah tentang arti dari kebersihan diri, manfaat dari kebersihan diri, penjelasan tentang cara menjaga kebersihan diri dan akibat dari kurang menjaga kebersihan. Materi ini diberikan dengan Bahasa yang sederhana agar mudah dipahami dan durasi yang sedikit pendek supaya tidak membosankan.

3. demonstrasi dari kebersihan diri

Setelah selesai kegiatan penyampaian materi, selanjutnya melakukan demonstrasi singkat tentang perawatan diri yang terdiri dari mandi, menyikat gigi, mencuci tangan, dan perawatan diri.

4. Game dan kuis

Pada kegiatan ini siswa diberi kuis tentang materi yang telah diberikan dan apa saja bagian yang paling berkesan bagi dirinya. Siswa juga diberi tantangan untuk memperagakan ulang demonstrasi yang telah dilakukan.

Kegiatan pasca penyuluhan berupa wawancara singkat, evaluasi dan pembuatan jurnal pengabdian dari kegiatan penyuluhan yang telah selesai dilaksanakan. Wawancara singkat pada siswa meliputi pertanyaan tentang apakah masih memahami materi yang telah diberi setelah beberapa hari selesai diberikan edukasi. Evaluasi dari kegiatan ini adalah seberapa berpengaruh materi yang disampaikan kepada siswa.

KESIMPULAN

kegiatan penyuluhan mengenai kebersihan diri di Pesantren Modern Baharuddin di Desa Janji Mauli MT berhasil dilaksanakan dengan pendekatan yang interaktif dan menyenangkan. Penyuluhan ini mencakup pemahaman mengenai arti kebersihan diri, cara menjaga kebersihan diri, akibat dari kurangnya menjaga kebersihan dengan metode penyampaian yang disesuaikan dengan keadaan siswa dan pesantren. Antisuasme siswa dalam mengikuti kegiatan seperti demonstrasi kebersihan diri, kuis, diskusi menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang menyenangkan efektif dalam menanamkan pemahaman terkait pentingnya kebersihan diri. Hasil evaluasi pasca-kegiatan menunjukkan bahwa siswa mampu memahami materi yang diberikan dan menunjukkan respons positif terhadap pesan pentingnya menjaga kebersihan diri yang disampaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Meiranda Hafsari Ritonga, S., Nur, M., Nikayanti, R., Siregar, M., Ardina, L., Delima, M., Halawa, S., Natunnah, S., Dina Nasution, M., Hidayah Nasution, N., Feby Mon Harahap, O., Harahap, R. M., & Thohir Parlindungan, M. (2022). PENYULUHAN TENTANG PENTINGNYA CUCI TANGAN PAKAI SABUN DALAM RANGKA PENINGKATAN PERSONAL HYGIENE PADA ANAK DI TK TURSINA JAYA KELURAHAN SITINJAK. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(3).
- Nurudeen, A. S. N., & Toyin, A. (2020). Knowledge of Personal Hygiene among Undergraduates. *Journal of Health Education*, 5(2), 66–71. <https://doi.org/10.15294/jhe.v5i2.38383>.

DOKUMENTASI KEGIATAN

