

## EDUKASI PENERAPAN HIDUP SEHAT DAN PENGEMBANGAN POTENSI DIRI BAGI PENYANDANG DISABILITAS NETRA (TUNA NETRA)

Andi Fatmawati<sup>1</sup>, Tenri Padad<sup>2</sup>, Eka Fadly Yusuf<sup>3</sup>, Anita<sup>1</sup>, Tuty Widyanti<sup>1</sup>, Andi Nur Apriyani<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Prodi Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Muhammadiyah Makassar, Makassar, Sulawesi Selatan

<sup>2</sup> Fak.Kedokteran, Universitas Muhammadiyah, Makassar, Sulawesi Selatan

<sup>3</sup> Prodi Manajemen, Program Pasca Sarjana, STIE AMKOP, Makassar, Sulawesi Selatan

<sup>4</sup> Prodi Manajemen, STIMI YAPMI, Makassar, Sulawesi Selatan

E-mail: fatmawati.moe@gmail.com

### Artikel info:

Received : 2022-05-28

Revised : 2022-05-30

Accepted : 2022-06-14

Publish : 2022-06-03

### Abstract

*Vision is very important when we want to get information from the environment. If there is visual disturbance, then one's opportunity to obtain information from the environment will be lost. Blind people with disabilities caused by their blindness cause limitations such as limitations in the scope and diversity of experience, limitations in interacting with the environment, especially the development of self-potential, limitations in fulfilling the application of clean and healthy living. psychological and will ultimately affect their physical and mental health. This is also observed in our observations and analysis of the situation and condition of our friends with visual impairments in Makassar City, so this activity was held with the aim of providing education about the implementation of healthy living and developing self-potential for people with visual impairments. The results obtained indicate an increase in understanding, and they have great potential and have expertise and ability in the fields of massage therapy, selling chips, singing and playing musical instruments, chanting the holy Quran fluently and beautifully, and this community regularly attends tarbiyah. This potential is optimized according to their respective fields and of course they need to be formed so that this special gift is realized in optimal performance, as well as to realize equal rights and opportunities for people with disabilities to live a prosperous, independent, and without discrimination.*

**Keywords:** *Blind diasability ,healthy living,self potential*

### Abstrak

*Penglihatan sangat berperan penting ketika kita ingin mendapatkan informasi dari lingkungan. Jika terjadi gangguan penglihatan, maka kesempatan seseorang untuk memperoleh informasi dari lingkungan akan hilang. penyandang disabilitas netra yang disebabkan oleh ketunanetraannya menyebabkan adanya keterbatasan yang dimiliki seperti keterbatasan dalam lingkup dan keanekaragaman pengalaman, keterbatasan dalam berinteraksi dengan lingkungan khususnya pengembangan potensi diri,keterbatasan dalam pemenuhan penerapan hidup bersih dan sehat Akibat keterbatasan ini pula, memberikan pengalaman personal yang menyebabkan timbulnya efek psikologis dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan kejiwaannya. Hal ini pula yang dicermati dalam pengamatan dan analisis kami terhadap situasi dan kondisi sahabat kita para penyandang disabilitas netra yang berada di Kota Makassar, sehingga diadakan kegiatan ini dengan tujuan adalah memberikan edukasi tentang penerapan hidup sehat dan pengembangan potensi diri bagi penyandang disabilitas netra. Hasil yang diperoleh menunjukkan terjadi peningkatan pemahaman, serta mereka sangat berpotensi dan memiliki keahlian dan kemampuan di bidang terapi pijat, berjualan kripik, bernyanyi dan*

---

*memainkan alat musik, melantunkan ayat suci al Quran dengan fasih dan indah, serta komunitas ini rutin mengikuti tarbiyah . Potensi inilah yang dioptimalkan sesuai bidangnya masing-masing dan tentunya mereka perlu dibentuk agar anugerah yang istimewa ini terwujud dalam prestasi optimal, serta untuk mewujudkan kesamaan hak dan kesempatan bagi penyandang disabilitas menuju kehidupan yang sejahtera, mandiri, dan tanpa diskriminasi.*

**Kata Kunci:** *Disabilitas netra. PHBS, Potensi diri*

## **1. PENDAHULUAN**

Penerapan perilaku hidup sehat secara fisik dan jiwa merupakan modal yang sangat berharga bagi penciptaan kesehatan secara holistik bagi manusia, dan merupakan nikmat yang patut disyukuri. Kesehatan adalah suatu kondisi keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Dalam perUndang-Undangan dijelaskan bahwa upaya kesehatan adalah setiap kegiatan untuk memelihara, dan meningkatkan kesehatan yang dilakukan oleh pemerintah, dan atau masyarakat (UU No. 23, 1992) . Semua pihak baik pemerintah, tenaga kesehatan dan masyarakat harus bersinergi dalam menciptakan derajat kesehatan yang baik. Pelayanan kesehatan merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah dan menyembuhkan penyakit serta memulihkan kesehatan perorangan, keluarga, kelompok dan atupun masyarakat, termasuk penyandang disabilitas.

Undang-undang No.8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas menerangkan bahwa penyandang disabilitas memiliki hak untuk memperoleh informasi dan komunikasi yang mudah diakses dalam pelayanan kesehatan; memperoleh kesamaan dan kesempatan pelayanan kesehatan yang aman, bermutu, dan terjangkau; serta perlakuan yang sama dengan anak lain untuk mencapai integrasi sosial dan pengembangan individu (UU No.8, 2016).

Dalam mendukung pemenuhan ketentuan sesuai UU tersebut diatas, maka pelayanan kesehatan dan pemberian informasi yang tepat dan berdaya guna bagi penyandang disabilitas khususnya disabilitas netra sangat diperlukan. Telah diketahui bahwa ketunanetraan dapat terjadi sejak lahir maupun setelah lahir. Hal ini akan mempengaruhi kebutuhan diri seorang tunanetra. Terjadinya kerusakan visual kita dipengaruhi oleh faktor usia dan saat terjadinya kerusakan penglihatan, serta bagaimana terjadinya kerusakan penglihatan. Hal ini mengakibatkan pengaruh yang berbeda terhadap diri tunanetra (Savira, dkk, 2019) .

Dampak terhadap seorang penyandang disabilitas netra yang disebabkan oleh ketunanetraannya yaitu adanya keterbatasan yang dimiliki seperti keterbatasan dalam lingkup dan keanekaragaman pengalaman, keterbatasan berinteraksi dengan lingkungan khususnya pengembangan potensi diri, keterbatasan dalam pemenuhan penerapan hidup bersih dan sehat, dll (Uun, 2016). Akibat keterbatasan ini pula, memberikan pengalaman personal yang menyebabkan timbulnya efek psikologis, sehingga pada akhirnya akan berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan kejiwaannya. Hal ini pula yang dicermati

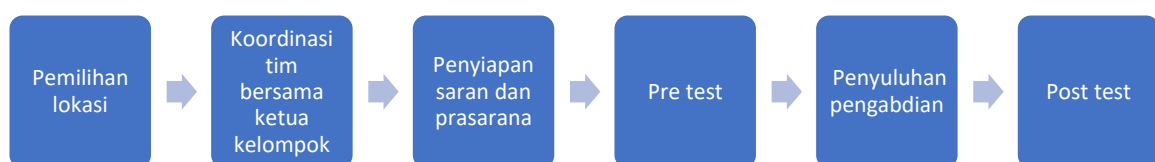
dalam pengamatan dan analisis kami terhadap situasi dan kondisi sahabat kita para penyandang disabilitas netra yang berada di Kota Makassar, sehingga kami mengangkat ini sebagai masalah yang perlu mendapat perhatian kita semua.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam memberikan informasi dan komunikasi yang tepat, serta meningkatkan pemahaman dan penerapan hidup sehat, maka kami melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam bentuk Edukasi terhadap teman – teman komunitas penyandang disabilitas netra. Selain edukasi tentang penerapan hidup sehat, juga di lakukan pemberian motivasi dan pembimbingan tentang bagaimana meng*upgrade* potensi diri, sehingga mereka mampu untuk unjuk diri dan bersosialisasi secara akrab dan percaya diri di lingkungan masyarakat secara umum.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu tridharma perguruan tinggi Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar Program Studi DIII Teknologi Laboratorium Medis, maka dilakukanlah kegiatan pengabdian yang bertajuk “Edukasi Penerapan Hidup Sehat Dan Pengembangan Potensi Diri Bagi Penyandang Disabilitas Netra (Tuna Netra)”,. Kegiatan ini melibatkan kurang lebih 60 orang penyandang disabilitas netra. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi guna meningkatkan pemahaman dan membangun kesadaran masyarakat khususnya penyandang disabilitas netra mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, serta mengedukasi tentang pengembangan potensi diri bagi penyandang disabilitas netra. Kegiatan PKM ini diharapkan akan tercipta perilaku sehat dan bersih bagi para penyandang disabilitas netra serta terjadi peningkatan kepercayaan diri dengan kemantapan potensi diri yang di miliki.

## 2. METODE

Mekanisme kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa tahap sebagai berikut (a) Penyiapan lokasi pengabdian; (b) melakukan kesepakatan dan koordinasi dengan ketua pada masing-masing sektor yang mewakili populasi tunanetra di Makassar, dalam hal waktu kegiatan; (c) penyiapan sarana dan prasarana, perlengkapan edukasi, serta pemberian bingkisan kepada sahabat tuna netra; (d) pemberian pre test dan post test.



Gambar 1. Flowchart Kegiatan Pengabdian

Metode yang digunakan dalam melakukan pelaksanaan edukasi dan pemberdayaan komunitas penyandang disabilitas netra yaitu sosialisasi dan pemberian edukasi dengan pendekatan khusus sesuai kebutuhan komunitas. Pelaksanaan kegiatan ini terasa sangat istimewa dan berkesan karena

dirangkaikan dengan amaliah Ramadhan, serta antusias peserta yang sangat responsif dalam suasana bersahabat dan menyenangkan.

Dalam pelaksanaan pengabdian ini, tim menerapkan pendekatan yang berbeda seperti metode diskusi, tanya jawab, dan refleksi yang disesuaikan dengan temuan dilapangan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Metode pendampingan selama kegiatan diberlakukan untuk dapat mendengarkan keluhan dan kebutuhan sahabat disabilitas secara efektif. Tentunya hal ini bertujuan untuk memaksimalkan kegiatan edukasi yang ada. Sahabat disabilitas dalam kegiatan ini juga diposisikan sebagai objek dalam kegiatan ini karena sahabat disabilitas ditargetkan memberikan kontribusi waktu, tenaga, perhatian, dan kepedulian tinggi terhadap masalah sesamanya. Serta mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki tiap individu.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian dengan mengambil tema “Edukasi Penerapan Hidup Sehat Dan Pengembangan Potensi Diri Bagi Penyandang Disabilitas Netra (Tuna Netra)”, dilaksanakan selama 2 hari yakni 27 – 28 April, masing – masing bertempat di jalan Tamangapa Raya, Kel. Bangkala, Kec. Manggala dan di Yayasan Tuna Netra di Jl. Sunu III, Kec. Tallo, di Kota Makassar . Kegiatan ini melibatkan kurang lebih 60 orang penyandang disabilitas netra. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi guna meningkatkan pemahaman dan membangun kesadaran masyarakat khususnya penyandang disabilitas netra mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, serta mengedukasi tentang pengembangan potensi diri bagi penyandang disabilitas netra. Sehingga pada akhirnya tercipta perilaku sehat dan bersih bagi para penyandang disabilitas netra serta terjadi peningkatan kepercayaan diri dengan kemantapan potensi diri yang dimiliki.

Adanya kegiatan ini sebagai wujud membangun kesadaran masyarakat, khususnya pada penyandang disabilitas netra dalam menerapkan PHBS agar terhindar dari berbagai macam penyakit khususnya dalam era pandemi Covid-19 ini. Pemberian pengetahuan mengenai pentingnya kebiasaan menjaga kebersihan lingkungan dan higienitas diri, akan sangat mendukung terwujudnya hidup sehat. Pada penyuluhan ini, para peserta diberikan pemahaman tentang pengertian istilah PHBS yakni kependekan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. PHBS merupakan perilaku hidup sehat yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Humaizi,2021).

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 (Hadianto H., 2016). Ada berbagai informasi yang dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat, serta di ajarkan cara mencuci tangan yang benar yang

dipraktekkan langsung oleh peserta, khususnya yang kami sajikan pada penyuluhan di depan peserta tuna netra yang memiliki keterbatasan tertentu. Sehingga perlu diadakan teknik tertentu ataupun rekayasa dalam mewujudkan hidup sehat. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat (Adriansyah,dkk, 2013).

Pada dasarnya, peserta memahami tentang standar pelaksanaan PHBS, namun karena adanya keterbatasan yang dimiliki, maka pelaksanaannya terkadang tidak dapat dilakukan secara maksimal. Sehingga peran serta keluarga dan masyarakat di sekitarnya sangat dibutuhkan untuk membantu mewujudkan pelaksanaan pola hidup bersih dan sehat di lingkungan tempat tinggal para penyandang disabilitas. Hal ini dapat dilakukan 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.

Tujuan utama dari gerakan ini adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Kemenkes, 2016).

Selain pemberian edukasi tentang PHBS dan cara cuci tangan yang benar, pada kegiatan ini juga di berikan motivasi dan mentoring bagaimana cara dan solusi dalam menggali dan meningkatkan potensi yang ada pada diri masing-masing peserta, baik yang terkait secara individu maupun komunitas disabilitas netra. Sebelum dan sesudah materi diberikan tim pelaksana memberikan pretest dan post test dalam bentuk wawancara kepada para peserta penyuluhan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta akan PHBS dan kemampuan potensi dirinya. Hasil tes yang telah dilaksanakan terlihat pada Tabel 1. Hasil pre test dan post test kegiatan ini , terlihat dalam tabel 1. berikut :

Tabel 1. Hasil Pemahaman Peserta Edukasi

Uraian	Jumlah responden	Persentase (%)		Ket
		PHBS	Potensi Diri	
Pre test	65	60	53	Meningkat
Post test	65	98	95	Meningkat

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta edukasi tentang materi yang telah disajikan dalam kegiatan ini.

Penglihatan sangat berperan penting ketika kita ingin mendapatkan informasi dari lingkungan. Jika terjadi gangguan penglihatan, maka kesempatan seseorang untuk memperoleh informasi dari

lingkungan akan hilang. Hal ini berakibat adanya hambatan di dalam memperoleh pengalaman baru yang beraneka ragam di dunia .

Akibat ketunanetraan sebagai pengalaman personal, maka timbul beberapa kebutuhan yang bersifat personal pula. Kebutuhan tersebut antara lain adalah latihan orientasi dan mobilitas, minat untuk berinteraksi dengan lingkungan terutama dalam hal mengolah dan menerima informasi dari lingkungan, keterampilan aktivitas kehidupan sehari-hari seperti menolong diri sendiri. Pendidikan dan bimbingan penyuluhan juga merupakan kebutuhan personal secara khusus dan banyak lagi kebutuhan yang bersifat individual, maka efek psikologis yang ditimbulkan banyak tergantung pada kapan terjadinya ketunanetraan dan bagaimana kualitas serta karakteristik susunan kejiwaannya.

Tunanetra yang terjadi secara mendadak dapat mengakibatkan goncangan jiwa atau goncangan social yang lebih berat bila dibandingkan dengan tunanetra yang terjadi secara bertahap. Kehilangan penglihatan yang bertahap memberikan kesempatan pada diri seseorang untuk menyesuaikan dirinya dengan keadaan sehingga dapat menerima keadaan dirinya secara wajar. Aktualisasi diri merupakan kebutuhan untuk menjadi seseorang yang diinginkan oleh individu untuk mencapai pemenuhan tujuan-tujuan hidup dan mewujudkan potensi kepribadiannya. Aktualisasi diri tidak akan dilakukan oleh orang-orang yang tanpa memiliki kemandirian atau kemampuan. Kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu akan membuatnya berusaha mengaktualisasikan dirinya dengan segala yang dia punya (Sukarni, 2020).

Program kegiatan kali ini, berusaha menggali potensi yang dimiliki oleh sahabat tuna netra. Hasil yang diperoleh bahwa mereka sangat berpotensi dan memiliki keahlian dan kemampuan di bidang terapi pijat, berjualan kripik, bernyanyi dan memainkan alat musik, melantunkan ayat suci al Quran dengan fasih dan indah, serta komunitas ini rutin mengikuti tarbiyah . Potensi inilah yang dioptimalkan sesuai bidangnya masing-masing. Dengan hal inilah kita dapat optimis bahwa mereka akan mampu berjaya menjadi lebih matang dan kompetitif. Sebagaimana dalam Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang mengamanatkan perlunya memberi pendidikan khusus bagi peserta didik yang memiliki potensi dan kecerdasan istimewa (UU No.20, 2003). Hal ini dilakukan agar potensi yang ada dapat berkembang secara optimal dan dapat membentuk manusia yang beriman, bertakwa, beakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri.

Keterbatasan fisik bukan hambatan seseorang untuk berkarya, apalagi di bidang seni, terbukti mereka rata-rata memiliki kelebihan khusus dan perasaan yang peka. Selain itu, mereka juga mempunyai semangat dan ketekunan sebagai modal berharga. Bakat dan potensi mereka inilah yang diarahkan dan dikembangkan sehingga nantinya bisa bekerja sesuai bidangnya masing-masing. Ibarat mutiara yang terbenam dalam lumpur, jika dibersihkan dan diasah mereka akan menjadi cemerlang. Setelah diidentifikasi, selanjutnya mereka dibina secara khusus agar potensinya benar-benar berkembang secara aktual. Disinilah peran pendidikan dan pelatihan menjadi sangat penting, tentunya mereka perlu

dibentuk agar anugerah yang istimewa ini terwujud dalam prestasi optimal, serta untuk mewujudkan kesamaan hak dan kesempatan bagi penyandang disabilitas menuju kehidupan yang sejahtera, mandiri, dan tanpa diskriminasi.



Gambar 2. Peserta Edukasi Penerapan Hidup Sehat dan Pengembangan Potensi Diri



Gambar 3. Pengembangan potensi penyandang disabilitas netra

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, kesimpulan yang dapat diambil adalah dari kegiatan ini adalah peserta sangat antusias dalam menyukkseskan kegiatan ini dan memahami bahwa perilaku hidup bersih dan sehat merupakan hal yang penting sebagai usaha preventif dan menghindari penyakit. Setelah mengikuti penyuluhan ini terjadi peningkatan pemahaman akan penerapan hidup bersih dan sehat. Peserta kegiatan juga siap menjadi pelopor PHBS dengan ikut membantu dalam menyosialisasikan kepada teman-teman disabilitas dalam komunitas mereka. Serta terbentuk

kepercayaan diri akan potensi yang dimiliki oleh penyandang disabilitas netra, sehingga pengembangan potensi yang dimiliki diharapkan dapat terus berkembang dan diberikan saluran dalam mengekspresikan kemampuan mereka, dan ini sangat perlu dukungan dari masyarakat disekitar serta pemerintah dalam menyiapkan sarana dan prasarana yang mendukung.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Direktur Politeknik Kesehatan Muhammadiyah Makassar dan Ketua Ikatan Alumni Biologi Unhas yang telah memberikan dukungan dan fasilitas kepada tim kami dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat ini. Serta Yayasan Tuna Netra yang telah membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriansyah Y dan Rahmantari D, N, 2013. Penyuluhan dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) dalam Mewujudkan Desa Peduli Sehat. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*. ISSN: 2089-3086. Vol. 2. No. 1 Januari 2013. Hal. 45-50. Universitas Islam Indonesia.
- Hadianto H. 2016. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Keluarga Di Posdaya Al-Fadillah. *Jurnal Surya: Seri Pengabdian Kepada Masyarakat*, ISSN 2460-576x (cetak), Vol. 2, Edisi 1. Universitas Muhammadiyah Sukabumi.
- Humaizi, Muh.Yusuf. 2021. Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anggota Karang Taruna Desa Payu Rengas Kec. Hinai, Kab. Langkat. *Dharma Raflesia, Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, vol.19.No.01, Juni 2021. pp 146-153.
- Kementerian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. 2016. PHBS. Diunduh 2 Mei 2022. From <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>
- Savira, St.Ina., Wagino, Laksmiwati, H..(2019). Apa Yang Berbeda? Kemampuan Kognitif Pada Anak Tuna netra Tanpa Pengalaman Visual (Congenital Visual Impairment). *Jurnal Pendidikan Inklusi* Volume 3 Nomor 1 Tahun 2019. Hal: 020-039 . Universitas Negeri Surabaya.
- Sukarni. 2020. Strategi Aktualisasi Kemandirian Anak Berkebutuhan Khusus Berbasis Masyarakat Di Smalb Negeri Ungaran. Tesis. Program Studi Magister Administrasi Pendidikan Sekolah Pascasarjana. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Uun Yutikasar, Dovi. 2016. Peningkatan Kemampuan Pengembangan Diri Dengan Menggunakan Metode Praktik Siswa Tunanetra Kelas Iii Slb A Yaketunis Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta.
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 23 Tahun 1992 .Tentang Kesehatan.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 Tentang Penyandang Disabilitas
- Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional