



**EDUKASI POLA HIDUP SEHAT UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN DAN
KEBUGARAN PADA ANAK SLB YBSM BANDA ACEH
PENGUSUL**

Ketua : Tuti Sarwita, M.Pd (130802702)
Anggota : Yusnaidi
Mirza
Raihan

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
SEKOLAH TINGGI KEGURUAAN DAN ILMU
PENDIDIKAN BINA BANGSA GETSEMPENA BANDA ACEH 2020

Kepada:

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bina Bangsa Getsempena

HALAMAN PENGESAHAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Judul Pengabdian masyarakat : Pola Hidup Sehat untuk meraih Prestasi Pada Atlet Futsal

NamaDesa/Mitra :SLB – YBSM (Yayasan Bunda Syaifullah Meutuah
Banda Aceh

Ketua Tim Pengusul
Dosen : Tuti Sarwita, M.Pd

Mahasiswa : Yusnaidi
Mirza
Raihan

LokasiKegiatan/ Mitra

Desa/Kecamatan : Meuraxa

Kota/Kabupaten : Banda Aceh

Provinsi : Aceh

Luaran yang dihasilkan : Laporan Hasil Pengabdian

Jangkawaktupelaksanaan :03-06 januari 2020

Banda Aceh, 01 Januari 2020

Mengetahui,
KetuaSTKIP BinaBangsaGetsempena

Ketua Tim Pengusul

LiliKasmini, M.Si
NIDN. 0117126801

Tuti Sarwita, M.Pd
NIDN. 1308028702

Menyetujui,
Ketua LPPM STKIP BBG

Intan Kemala Sari, M.Pd
NIDN. 1320048701

HALAMAN PENGESAHAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

1. Judul	TINGKATKAN NILAI DISIPLIN DAN POLA HIDUP SEHAT UNTUK MERAH PRASTASI
2. Ketua Pengabdian: a) Nama Lengkap dan Gelar b) NIDN c) Perguruan Tinggi d) Program Studi	Tuti Sarwita, M.Pd 1308028702 STKIP Bina Bangsa Getsempena Pendidikan Jasman
3. Nama Anggota Pengabdian a) Nama Lengkap dan Gelar b) NIDN c) Perguruan Tinggi d) Program	Yusnadi Mirza Raihan
4. Waktu Pengabdian	03-06 Januari 2020
5. Biaya yang diperlukan a) Yayasan b) Sumber lain	Rp. 4.000.000,-
Jumlah	Rp. 4.000.000,-

Banda Aceh, 01 Januari 2020

Mengetahui,
Ketua LPPM STKIP BBG

Ketua Tim Pengusul

Intan Kemala Sari, M.Pd
NIDN. 1320048701

Tuti Sarwita, M.Pd
NIDN. 1308028702

Menyetujui,
Ketua STKIP Bina Bangsa Getsempena

Lili Kasmini, M.Si
NIDN. 0117126801

I. Latar Belakang

Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi. Penyelenggaraan pembangunan kesehatan berasaskan perikemanusiaan, keseimbangan, manfaat, perlindungan, penghormatan terhadap hak dan kewajiban, keadilan, gender, nondiskriminatis serta norma-norma agama.

Anak berkebutuhan khusus termasuk penyandang cacat merupakan salah satu sumber daya manusia bangsa Indonesia yang kualitasnya harus ditingkatkan agar dapat berperan, tidak hanya sebagai obyek pembangunan tetapi juga sebagai subyek pembangunan. Anak penyandang cacat 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.

Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyebutkan bahwa upaya pemeliharaan kesehatan penyandang cacat harus ditujukan untuk menjaga agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial, ekonomis dan bermartabat. Pemerintah wajib menjamin ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan dan memfasilitasi penyandang cacat untuk dapat tetap hidup mandiri dan produktif secara sosial dan ekonomis.

Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas, yang diselenggarakan melalui sekolah formal dan informal atau melalui lembaga pendidikan lain. Oleh karena itu pelayanan kesehatan terhadap anak penyandang

cacat yang ada di Sekolah Luar Biasa (SLB) harus dilaksanakan sama dan setara seperti yang diberikan pada anak-anak lainnya.

Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan pendekatan yang tepat untuk memberikan pelayanan bagi anak penyandang cacat. Pendekatan yang cukup strategis adalah melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di SLB, mengingat SLB merupakan salah satu sasaran UKS yang belum dilaksanakan secara optimal. Agar pelayanan kesehatan terhadap anak penyandang cacat dapat diberikan sesuai haknya, maka perlu disusun pedoman pelayanan kesehatan di Sekolah Luar Biasa (SLB) sebagai acuan bagi tenaga kesehatan dalam pelaksanaan di lapangan.

II. Tujuan Kegiatan

Adapun tujuan kegiatan ini yaitu:

1. Meningkatkan status kesehatan dan mengurangi tingkat ketergantungan anak penyandang cacat di SLB.

III. Manfaat Kegiatan

Adapun manfaat kegiatan ini yaitu:

1. Meningkatkan kesadaran para siswa/i SLB terhadap Pola Hidup sehat
2. Meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya pola hidup sehat
3. Mengajarkan mereka tentang cara pola hidup sehta

IV. Landasan Teori

a. Pola Hidup Sehat

Soekidjo (2007) menyatakan bahwa perilaku kesehatan pada dasarnya adalah respon seseorang (Organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit sistempe layanan kesehatan, makanan serta lingkungan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pola hidup sehat yaitu: (1) pola kebersihan diri, (2) polamakanan dan minuman yang sehat, (3) polagerak badan atau olahraga, (4) pola keseimbangan kegiatan, (5) pola pencegahan dan kesehatan diri (Soenarjo R.J, 2002).

b. Anak Berkebutuhan Khusus

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang mengalami hambatan fisik dan/atau mental sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya secara wajar, dan anak yang akibat keadaan tertentu mengalami kekerasan, berada di lembaga permasyarakatan/ rumah tahanan, di jalanan, di daerah terpencil/ bencana/konflik yang memerlukan penanganan secara khusus.

Sekolah Luar Biasa (SLB) adalah: Sekolah bagi anak berkebutuhan khusus yaitu salah satu jenis sekolah yang bertanggungjawab melaksanakan pendidikan untuk anak-anak yang berkebutuhan khusus.

Anak berkebutuhan khusus meliputi tunagrahita (*mental retardation*) atau anak dengan hambatan perkembangan(*child with development impairment*), kesulitan belajar (*learning disabilities*) atau anak yang berprestasi rendah, hiperaktif (*Attention Deficit Disorder with Hyperactive*), tunalaras (*emotional and behavioral disorder*), tunarungu wicara (*communication disorder and deafness*), tunanetra atau anak dengan hambatan penglihatan (*partially seing and legally blind*), *Autism Spectrum Disorder (ASD)*, tunadaksa (*physical handicapped*), anak berbakat (*giftedness and special talents*).

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. Orangtua dapat mengajarkan anak pola hidup sehat. Tentu tak mudah dan diperlukan perlakuan khusus serta kesabaran

V. Metode Pelaksanaan

Adapun metode pelaksanaan kegiatan ini yaitu:

1. Penyuluhan : Pentingnya Pola Hidup Sehat Untuk Meningkatkan Kesehatan Dan Kebugaran Pada Anak Slb Ybsm Banda Aceh
2. Pelatihan : Memberikan pelatihan cara menjaga kebersihan pribadi

VI. Lokasi dan Waktu Kegiatan

Adapun lokasi kegiatan ini yaitu di SLB – YBSM (Yayasan Bunda Syaifullah Meutuah Banda Aceh dari tanggal 03-06 Januari 2020.

VII. Kesimpulan Kegiatan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan tim pengabdian pada anak SLB – YBSM (Yayasan Bunda Syaifullah Meutuah) Banda Aceh. Antusias mereka sangatlah baik. Dengan kegiatan ini membantu mereka menjadi mandiri dan membuat mereka bisa lebih terbuka dalam beradaptasi dengan orang-orang selain mereka.

VIII. Referensi

Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor: 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan, Jakarta, 1992.

Soekidjo, Notoatmojo, 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.

Soenarjo R.J. 2002. *Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

DOKUMENTASI



