

## ORIGINAL ARTICLES

---

### **PELAKSANAAN PERSONAL HYGIENE PADA REMAJA DI YAYASAN AL-IKHLAS AMPENAN KOTA MATARAM PROVINSI NUSA TENGGARA BARAT**

1. Eva Zulfa, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram
2. Siti Aisyah, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram
3. Gilang Arifza, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nahdlatul Wathan Mataram  
Korespondensi : evazulfa08@gmail.com

#### **Abstract**

Kebersihan diri merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan mempengaruhi kesehatan fisik dan psikis seseorang. Kebersihan sangat berpengaruh kepada kebudayaan, sosial, keluarga, pendidikan, persepsi seseorang terhadap kesehatan, serta perkembangan. Budaya bersih merupakan cerminan sikap dan perilaku masyarakat dalam menjaga dan memelihara kebersihan pribadi serta lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Personal hygiene adalah tindakan pencegahan yang menyangkut tanggung jawab individu untuk meningkatkan kesehatan serta membatasi penyebaran penyakit menular, terutama penyakit yang ditularkan melalui kontak langsung. Salah satu tempat yang identik dengan penerapan personal hygiene yang kurang adalah pondok pesantren. Hal ini dibuktikan dengan sering ditemukannya santri yang mengalami scabies. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pelaksanaan personal hygiene pada remaja di Yayasan Al-Ikhlas Ampenan Kota Mataram. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dan menggunakan 30 orang santri sebagai sampel, serta menggunakan purposive sampling dalam menentukan sampel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 santri, 25 santri masuk dalam katagori personal hygiene baik (83,3%), 4 santri masuk dalam katagori personal hygiene cukup (13,3%), dan 1 orang santri masuk dalam katagori personal hygiene kurang (3,3%). Hasil penelitian tersebut menunjukkan pelaksanaan personal hygiene pada remaja di Yayasan Al- Ikhlas Ampenan Mataram dalam kategori baik.

**Kata Kunci : Personal Hygiene, Remaja**

## 1. Pendahuluan

Kebersihan diri merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan mempengaruhi kesehatan fisik dan psikis seseorang. Kebersihan sangat berpengaruh kepada kebudayaan, sosial, keluarga, pendidikan, persepsi seseorang terhadap kesehatan, serta perkembangan. Budaya bersih merupakan cerminan sikap dan perilaku masyarakat dalam menjaga dan memelihara kebersihan pribadi serta lingkungan dalam kehidupan sehari-hari

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia prevalensi skabies di Puskesmas seluruh Indonesia pada tahun 2008 adalah 5,6% - 12,95% dan skabies menduduki urutan ketiga dari 12 penyakit tersering (Siswono, 2008). Pondok Pesantren sebagai salah satu tempat pendidikan di Indonesia berjumlah 28.984 pondok pesantren dan 4.290.626 santri (Data EMIS 2015/2016). Sedangkan jumlah pondok pesantren yang tersebar di wilayah NTB sebanyak 684 pondok pesantren dengan jumlah santri 150.750 (Ditdpotren, 2019). Pondok Pesantren sebagai salah satu tempat Penyakit menular berbasis lingkungan dan perilaku seperti tuberkulosis paru, infeksi saluran pernapasan atas, diare dan penyakit kulit masih merupakan masalah kesehatan yang juga dapat ditemukan di Pondok Pesantren

Personal hygiene yang tidak baik akan mempermudah tubuh terserang berbagai penyakit, seperti penyakit kulit penyakit infeksi, penyakit mulut dan penyakit saluran cerna atau bahkan dapat menghilangkan fungsi bagian tubuh tertentu, seperti halnya kulit (Sudarto, 1996). Hygiene perorangan meliputi hygiene pencernaan, kebersihan mulut dan gigi, hygiene mata, kebersihan rambut, kebersihan tangan, kebersihan kaki, dan kebersihan kulit. Kebersihan kulit merupakan faktor utama yang dapat menimbulkan penyakit kulit (Adam, 1992). Hasil studi Fernawan (2008) penyakit kulit sering menyebar dalam anggota keluarga, satu asrama, kelompok anak sekolah, pasangan seksual bahkan satu kampung atau desa. Tempat-tempat yang padat penduduknya seperti asrama serta tempat-tempat yang lembab dan kurang mendapat sinar matahari menjadi faktor utama dalam penyebaran penyakit kulit

Berdasarkan penelitian Ma'rufi (2005) di Pondok Pesantren Lamongan, penilaian hygiene perorangan dalam penelitian tersebut meliputi frekuensi mandi, memakai sabun atau tidak, pakaian dan handuk bergantian, dan kebersihan alas tidur. Sebagian besar santri di Pesantren Lamongan (63%) mempunyai hygiene perorangan yang jelek dengan prevalensi penyakit scabies (73,70%). Perilaku yang tidak mendukung berperilaku hidup bersih dan sehat dalam mencegah scabies diantaranya adalah sering memakai baju atau handuk bergantian dengan teman serta tidur bersama dan berhimpitan dalam satu tempat

Pengetahuan kebersihan sangat dibutuhkan oleh setiap individu dan mempertahankan kebiasaan hidup yang sesuai dengan kesehatan dan akan menciptakan kesejahteraan serta kesehatan yang optimal, dengan melakukan perawatan kesehatan diri, karena dari pengalaman dan penelitian terhadap praktek yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada praktek yang tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 1997).

Untuk meningkatkan derajat kesehatan santri perlu adanya upaya untuk meningkatkan pengetahuan santri tentang kesehatan secara umum, khususnya tentang penyakit menular sehingga diharapkan ada perubahan sikap serta diikuti dengan perubahan perilaku kebersihan perorangan dengan hasil akhir menurunnya angka kesakitan penyakit menular. Upaya peningkatan, pencegahan dan penanggulangan masalah penyakit menular dapat ditempatkan sebagai ujung tombak paradigma sehat untuk mencapai Indonesia sehat 2010 (Nugraheni, 2008).

Dari hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan di Yayasan Al- Ikhlas Ampenan kota mataram dari 10 siswa, didapatkan 5 siswa dalam pelaksanaan personal hygiene baik, 4 siswa dalam kategori cukup dan 1 siswa dalam pelaksanaan personal hygiene kurang. Berdasarkan studi pendahuluan di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang Potensi Pelaksanaan Personal Hygiene Pada Remaja Di Yayasan Al-Ikhlas Ampenan Kota Mataram Provinsi Nusa Tenggara Barat

## 2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi potensi pelaksanaan personal hygiene pada remaja di Yayasan Al-Ikhlas Ampenan Kota Mataram Provinsi Nusa Tenggara Barat

## 3. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif, yaitu suatu penelitian yang menggambarkan masalah penelitian yang terjadi berdasarkan karakteristik tempat, waktu, jenis kelamin, sosial ekonomi, pekerjaan, dll (Hidayat, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah semua santriwati/santriwan yang ada di Yayasan Al-Ikhlas sebanyak 152 orang. Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi atau bagian dari populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai bagian dari keseluruhan objek yang diteliti (Notoadmojo, 2010). Penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Berdasarkan pendapat Sugiyono (2013), adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Pendapat Arikunto (2013), apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya, jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15 % atau 20-25 % atau lebih. Sampel dalam penelitian ini menggunakan 20% dari jumlah populasi, sehingga sampel yang digunakan adalah sejumlah 30 siswa/siswi

Kriteria dalam penentuan sampel adalah siswa/siswi kelas VIII Mts, yang bersedia menjadi responden dan dalam kondisi sehat saat dilakukan penelitian. Instrument merupakan alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode atau teknik pengumpulan data, (Arikunto, 2006. Dalam Sudibyo, 2012). Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah checklist. Checklist ini terdiri dari : nama responden, umur, jenis kelamin, dan kelas. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis deskriptif (univariat). Analisis deskriptif sering juga disebut analisis univariat yang bertujuan untuk mendeskripsikan responden atau variabel penelitian. Analisis univariat adalah suatu data yang dibuat sendiri maupun kelompok. Tujuan analisis univariat untuk membuat gambar secara sistematis data yang faktual dan akurat mengenai faktor–faktor serta hubungan dari fenomena yang diselidiki atau diteliti (Notoatmojo, 2012).

Setelah data terkumpul kemudian data diolah sesuai skor jawaban yang sudah diberikan dari seluruh responden, dari masing – masing pertanyaan dijumlahkan dan dibandingkan dengan jumlah jawaban yang diharapkan, dikalikan 100% (persentase) dengan menggunakan rumus (Arikunto, 2013).

$$P = \frac{\sum f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Presentase skor atau responden

$\sum f$  : frekuensi skor atau responden

n : skor maksimal / jumlah soal.

Berdasarkan hasil perhitungan rumus diatas kemudian hasilnya diinterpretasikan dengan menggunakan kriteria kualitatif (Arikunto, 2013).

- a. Baik (100% - 76%)
- b. Cukup (75% - 56%)
- c. Kurang (40% - 55%)

#### 4. Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan 30 responden berasal Yayasan Al-Ikhlash Ampenan, kemudian diukur dengan 20 butir pernyataan, maka diperoleh hasil seperti berikut :

No	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Baik	25	83,3
2	Cukup	4	13,3
3	Kurang	1	3,3
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel di atas didapatkan responden dalam kategori baik sebanyak 25 orang (83,3%), kategori cukup 4 orang (13,3%), dan kategori kurang sebanyak 1 orang (3,3%).

#### 5. Pembahasan

Dari hasil observasi kepada responden didapatkan remaja yang kategori baik dalam melakukan kebersihan diri di karenakan fasilitas yang mencukupi bagi siswa, adanya kegiatan penyuluhan tentang personal hygiene dan siswa menerapkan sabda Rasulullah SAW yang artinya kebersihan adalah sebagian dari iman. Faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene, pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang, kepercayaan adalah sikap yang ditunjukkan oleh seseorang saat ia merasa cukup tahu dan menyimpulkan bahwa dirinya telah mencapai kebenaran (Notoatmodjo, 2007).

Responden yang melakukan personal hygiene kurang dan cukup di sebabkan karna beberapa faktor seperti faktor praktik sosial dimana pada anak-anak yang selalu dimanja dalam kebersihan diri, maka akan terjadi perubahan pada pola personal hygiene, faktor kebiasaan seseorang untuk memilih waktu untuk perawatan diri. Kebersihan diri atau personalhygiene merupakan upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatannya untuk memperoleh kesejahteraan fisik dan psikologis (Mubarok dan Chayatin, 2008)

Hal ini sejalan dengan penelitian Moh. Badri (2007) yang berjudul “Hygiene Perseorangan Santri Di Pondok Pesantren Wali Songo Ngabar Ponorogo” didapatkan hasil dalam kategori baik sebanyak 15 orang (50%). Hal ini sejalan dengan penelitian Farah Dhaifiana (2019) yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Personal Hygiene Dengan Kejadian Pediculosis Capitis Pada Santri” didapatkan hasil dalam kategori baik sebanyak 113 orang (94,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian Annisa Anggraini (2018) yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Personal Hygiene Terhadap Kejadian Pedikulosis Kapitis Pada Anak Asuh Di Panti Asuhan Liga Dakwah Sumatera Barat” didapatkan hasil dalam kategori baik sebanyak 31 responden (55,4%).

## 6. Kesimpulan

Berdasarkan identifikasi pelaksanaan personal hygiene pada remaja di pondok pesantren di dapatkan hasil dalam kategori baik sebanyak 25 responden (83,3%).

## 7. Saran

- a. Bagi responden, diharapkan untuk tetap menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dan tetap menjaga personal hygiene.
- b. Bagi yayasan, diharapkan tetap memberikan edukasi tentang pentingnya kebersihan diri dan Poskestren melakukan kerja sama dengan layanan kesehatan terdekat untuk melakukan penyuluhan
- c. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini seperti meneliti faktor-faktor yang dapat mempengaruhi personal hygiene

## Daftar Pustaka

1. Arikunto, S. (2013). Prosedur penelitian atau pendekatan praktik. Cet XV.
2. Badri, (2008). Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Bandung.
3. Chayatin, W. d. (2009). Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
4. Depkes, R. (2013). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan.
5. Dhaifiana, F. (2019). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Personal Hygiene Dengan Kejadian Pediculosis Capitis Pada Santri.
6. Hasan, I. (2014). Analisis Data Penelitian Dengan Statistik. Jakarta: Bumi Aksara.
7. Hidayat AA. (2014). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
8. Nawangwulan, M. R. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Sidoarjo: Indomedia Pustaka.
9. Notoatmodjo S. 2007. Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Rineka cipta : Jakarta.
10. Notoatmodjo,S. (2012) Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
11. Nursalam. (2011). Manajemen Keperawatan : Aplikasi Dalam Keperawatan Profesional. Jakarta: Salemba Medika.
12. Setiadi. (2013). Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
13. Siregar. (2015). Statistika Terapan untuk Perguruan Tinggi. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama
14. Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
15. Qomar. ( 2007). Pesantren . Yogyakarta: Erlangga.