



Personal Hygiene di Desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar

Muhammad Daud

¹Diploma Tiga keperawatan/Universitas abulyatama Aceh Besar 23360, Indonesia

*Email korespondensi: muhammad_daud@abulyatama.ac.id

Diterima 28 Februari 2020; Disetujui 07 Maret 2020; Dipublikasi 31 Maret 2020

Abstract: Personal hygiene is increasing health status, maintaining personal health, improving personal hygiene, preventing disease, increasing self-confidence and creating beauty. Personal hygiene is necessary for individual comfort, safety and health. The function of personal hygiene is to maintain cleanliness and be able to practice healthy/clean living by improving the picture or perception of health and hygiene and creating appearances that are in accordance with health needs. The aim of the research is to increase community knowledge and understanding, it is necessary to carry out counseling on Personal Hygiene in the village of Cot Cut Kuta Baro District, Aceh Besar District. The research method is in the form of lectures and questions and answers. The results of this study are an increase in public understanding and knowledge. What can be suggested from the results of this activity is that the provision of knowledge about personal hygiene needs to be optimized, especially the addition of the scope of personal hygiene.

Kata kunci: Personal Hygiene

Abstrak: Personal hygiene adalah peningkatan derajat kesehatan, memelihara kesehatan diri, memperbaiki personal hygiene, mencegah penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan. Personal hygiene diperlukan untuk kenyamanan individu, keamanan, dan kesehatan. Fungsi personal hygiene adalah untuk mempertahankan kebersihan dan dapat melatih hidup sehat/bersih dengan memperbaiki gambaran atau persepsi terhadap kesehatan dan kebersihan serta menciptakan penampilan yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan Tujuan penelitian meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat, maka perlu dilakukan penyuluhan tentang Personal Hygiene di desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Metode penelitian berupa Ceramah dan tanya jawab. Hasil dari penelitian ini adanya peningkatan pemahaman dan pengetahuan masyarakat. Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini yaitu pemberian pengetahuan tentang personal hygiene perlu dioptimalkan terutama penambahan lingkup personal hygiene.

Keywords: Personal Hygiene

PENDAHULUAN

Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis, kurang perawatan diri adalah kondisi dimana seseorang tidak mampu melakukan perawatan kebersihan untuk dirinya (Potter & Perry, 2005).

Personal hygiene adalah peningkatan derajat kesehatan, memelihara kesehatan diri, memperbaiki personal hygiene, mencegah penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan. Personal hygiene diperlukan untuk kenyamanan individu, keamanan, dan kesehatan. Seperti pada orang

sehat mampu memenuhi kebutuhan kesehatannya sendiri, pada orang sakit atau tantangan fisik memerlukan bantuan perawat untuk melakukan praktik kesehatan yang rutin.

Personal hygiene merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis Tujuan personal hygiene adalah untuk mempertahankan kebersihan dan dapat melatih hidup sehat/bersih dengan memperbaiki gambaran atau persepsi terhadap kesehatan dan kebersihan serta menciptakan penampilan yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan (Uliyah dan Hidayat, 2008).

Dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat, maka perlu dilakukan penyuluhan tentang Personal Hygiene di desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.

1) Identifikasi dan Perumusan Masalah

Berdasarkan analisis situasi di atas, masyarakat di desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar kurang memahami personal hygiene. Sejalan dengan itu, permasalahan mitra adalah masyarakat di desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar kurang memahami tentang Personal Hygiene

2) Tujuan Kegiatan

Secara umum kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui penyuluhan kesehatan tentang Personal Hygiene, sedangkan secara spesifik bertujuan untuk menyadarkan masyarakat bahwa pentingnya personal hygiene

3) Manfaat Kegiatan

Hasil kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan kontribusi positif dalam peningkatan pengetahuan masyarakat tentang personal hygiene. Secara eksplisit manfaat kegiatan ini adalah sebagai berikut:

- a. Masyarakat yang terlibat dalam kegiatan ini memperoleh tambahan wawasan tentang personal hygiene.
- b. Desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar memperoleh peluang untuk memiliki sumber daya manusia yang berkualitas.
- c. Staf dosen Universitas Abulyatama dapat melaksanakan salah satu dharma dari tri dharma perguruan tinggi, yaitu Pengabdian Kepada Masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Kerangka berpikir untuk memecahkan masalah kegiatan ini dapat diskemakan seperti pada Skema 2.1 berikut. Dari permasalahan yang muncul disusun berbagai alternatif untuk memecahkan masalah. Selanjutnya dari berbagai alternatif, dipilih alternatif yang paling mungkin dilaksanakan. Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, maka metode dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

- 1) Dilakukan sosialisasi kepada para remaja tentang Personal hygiene, tujuan, faktor-faktor yang mempengaruhi, perubahan (fisik, biologi dan psikososial) remaja, cara menjaga kebersihan organ reproduksi, dan pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit-penyakit menular seksual.

2) Dilakukan sosialisasi mengenai Personal hygiene

Kegiatan

Kegiatan ceramah dan tanya jawab berjalan lancar dengan suasana yang kondusif. Para peserta terlihat memperhatikan materi yang disampaikan melalui proyektor dengan seksama. Beberapa remaja, baik putra dan putri menanyakan beberapa pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Selain itu remaja putra dan putri menjawab dengan baik pertanyaan dari pemateri dan disertai dengan candaan.

Secara umum, pendidikan kesehatan terkait Personal hygiene dalam mencegah penyakit-penyakit menular selama penyuluhan dapat dimengerti oleh para remaja. Hal tersebut dapat dilihat dari seluruh peserta mampu untuk menjawab pertanyaan yang dilontarkan oleh pemateri.

Tabel 1 . Rincian kegiatan sosialisasi pada remaja

Pertemuan ke 1	Kegiatan
	Sosialisasi mengenai tentang Personal hygiene, pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit-penyakit menular.
	Ceramah dan tanya jawab tentang Personal hygiene.
	Ceramah dan tanya jawab tentang fasilitas pelayanan kesehatan yang berguna bagi remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Uliyah dan Hidayat (2008), personal hygiene dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain; budaya, nilai sosial pada individu atau keluarga, pengetahuan terhadap perawatan diri, serta persepsi terhadap perawatan diri.

Sedangkan menurut Perry dan Potter (2005), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan personal hygiene, yaitu sebagai berikut:

- 1) **Citra tubuh.** Penampilan umum pasien dapat menggambarkan pentingnya hygiene pada orang tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Citra tubuh ini dapat sering berubah. Citra tubuh mempengaruhi cara mempertahankan hygiene. Citra tubuh dapat berubah akibat adanya pembedahan atau penyakit fisik maka harus membuat suatu usaha ekstra untuk meningkatkan hygiene.
- 2) **Praktik sosial.** Kelompok-kelompok sosial wadah seseorang pasien berhubungan dapat mempengaruhi praktik hygiene pribadi. Selama masa kanak-kanak, kanak-kanak mendapatkan praktik hygiene dari orang tua mereka. Kebiasaan keluarga, jumlah orang dirumah, dan ketersediaan air panas dan atau air mengalir hanya merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi perawatan kebersihan.
- 3) **Status sosio ekonomi.** Sumber daya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang dilakukan. Apakah dapat menyediakan bahan-bahan yang penting seperti deodoran, sampo, pasta gigi, dan kosmetik (alat-alat yang membantu dalam memelihara hygiene dalam lingkungan rumah).
- 4) **Pengetahuan.** Pengetahuan tentang pentingnya hygiene dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik hygiene.

Kendati demikian, pengetahuan itu sendiri tidak cukup, harus termotivasi untuk memelihara perawatan diri.

- 5) **Kebudayaan.** Kepercayaan kebudayaan pasien dan nilai pribadi mempengaruhi perawatan hygiene. Orang dari latar kebudayaan yang berbeda mengikuti praktek perawatan diri yang berbeda.
- 6) **Pilihan pribadi.** Kebebasan individu untuk memilih waktu untuk perawatan diri, memilih produk yang ingin digunakan, dan memilih bagaimana cara melakukan hygiene.
- 7) **Kondisi fisik.** Pada keadaan sakit tertentu kemampuan untuk merawat diri berkurang sehingga perlu bantuan untuk melakukan perawatan diri.

Menurut Green (1980), terdapat tiga faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan (personal hygiene), yaitu:

- 1) **Faktor predisposisi.** Termasuk di dalamnya adalah pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, nilai budaya atau norma yang diyakini seseorang.
- 2) **Faktor pendukung.** Yaitu faktor lingkungan yang memfasilitasi perilaku seseorang. Faktor pendukung di sini adalah ketersediaan sumber-sumber atau fasilitas. Misalnya puskesmas, obat-obatan, alat-alat kontrasepsi, jamban, air bersih dan sebagainya.
- 3) **Faktor pendorong atau penguat.** Faktor yang menentukan apakah tindakan kesehatan memperoleh dukungan atau tidak. Faktor ini terwujud dalam sikap dan perilaku. Perilaku orang lain yang berpengaruh (tokoh

masyarakat, tokoh agama, guru, petugas kesehatan, keluarga, pemegang kekuasaan) yang dapat menjadi pendorong seseorang untuk berperilaku

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari pengabdian kepada masyarakat terdapat hal yang dapat disimpulkan yaitu adanya peningkatan pemahaman dan pengetahuan masyarakat di desa Cot Cut Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar tentang personal hygiene.

Saran

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini yaitu pemberian pengetahuan tentang personal hygiene perlu dioptimalkan terutama penambahan lingkup personal hygiene

DAFTAR PUSTAKA

- Potter dan Perry. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik. Jakarta: EGC. • Hidayat dan Uliyah. 2008). Praktikum keterampilan dasar praktik klinik: Aplikasi dasar-dasar praktik Diploma Tiga Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika. • Green, Lawrence. 1980. Health Education: A Diagnosis Approach. Maryland: The John Hopkins University, Mayfield Publishing Co.