



Warta Pengabdian Andalas

Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan Ipteks

ISSN (Print) 0854-655X | ISSN (Online) 2797-1600

Edukasi Personal Hygiene pada Remaja di Kelurahan Ampang

Mulyanti Roberto Muliantino* dan Rika Sarfika

Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Kampus Limau Manis, Padang, 25163. Indonesia

*Corresponding author. E-mail address: mulyantiroberto@nrs.unand.ac.id

Keywords:

personal hygiene,
teenagers,
education

ABSTRACT

Personal hygiene becomes a quite crucial problem in adolescence and is related to the physical and hormonal changes during the transition period. Adolescents still need to gain adequate knowledge regarding the changes that occur and essential personal hygiene actions. As well as education is a necessary effort to increase adolescents' knowledge. These activities aimed to improve the adolescent's knowledge of personal hygiene to increase their health and hygiene. The method used structured group education among 31 adolescents in the Ampang district of Padang City. We used the knowledge of personal hygiene questionnaire in measuring knowledge through a pre and post-test. Data analysis was presented in descriptive statistics. The result showed an increased knowledge of personal hygiene; the total knowledge of personal hygiene before education was 14.45, and after education were 18.77. Education was effective in increasing adolescents' knowledge and understanding regarding personal hygiene. In addition, they can apply their hygiene in daily life. Continuing education can be carried out in groups and individually to improve the health and hygiene of adolescents to prevent various infections.

Kata Kunci:

personal hygiene,
remaja, edukasi

ABSTRAK

Personal hygiene menjadi masalah yang cukup krusial saat memasuki usia remaja. Hal ini berkaitan dengan perubahan fisik maupun hormonal yang terjadi pada masa peralihan. Remaja masih belum memiliki pengetahuan yang adekuat terkait perubahan-perubahan yang terjadi dan tindakan personal hygiene yang penting untuk mereka lakukan. Sehingga edukasi menjadi upaya penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan personal hygiene remaja sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kebersihan remaja. Metode yang digunakan yaitu edukasi terstruktur kepada 31 remaja putra dan remaja putri di Kelurahan Ampang, kota Padang. Instrumen menggunakan kuesioner pengetahuan personal hygiene yang diukur melalui *pre-test* dan *post-test*. Analisis data disajikan dalam statistik deskriptif. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan remaja setelah mengikuti edukasi. Rerata total pengetahuan personal hygiene remaja sebelum edukasi yaitu 14,45 dan setelah edukasi meningkat menjadi 18,77. Edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja terkait personal hygiene sehingga dapat diterapkan oleh remaja dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi berkelanjutan dapat dilakukan baik secara berkelompok maupun personal dalam meningkatkan kesehatan dan kebersihan diri remaja sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari usia anak-anak menuju usia dewasa, dimana pada masa ini terjadi perkembangan dan pertumbuhan yang pesat. Perkembangan dan pertumbuhan yang terjadi mencakup perubahan fisik termasuk fungsi reproduksi, hormonal, psikologis dan sosial pada remaja. Perubahan fisik berupa perkembangan organ reproduksi remaja akan berdampak pada kebersihan diri dan adaptasi perawatan diri. Kebersihan yang kurang baik dapat mengakibatkan infeksi pada organ reproduksi seperti keputihan pada remaja putri. Perubahan hormonal mengakibatkan peningkatan aktivitas kelenjar keringat dan produksi minyak sehingga saat remaja kulit lebih rentan berminyak dan timbul jerawat. Keringat yang berlebihan juga memicu timbulnya bau badan yang tidak sedap. Sehingga hal ini sangat berdampak pada personal hygiene remaja (Adila et al, 2019; Graha, 2018; Putra, 2018; Jannah, 2016).

Banyak remaja belum dapat beradaptasi saat menghadapi masa peralihan tersebut. Hal ini dikarenakan pengetahuan remaja yang masih belum adekuat terkait perubahan yang terjadi pada masa peralihan dan tindakan personal hygiene yang penting untuk dilakukan. Data Riskesdas 2018 menunjukkan sekitar 74,9% masih memiliki tingkat pengetahuan yang kurang terkait kebersihan organ reproduksi (Riskesdas, 2018). Studi sebelumnya menemukan sekitar 32,9% remaja putri masih memiliki tingkat pengetahuan personal hygiene yang kurang (Adila et al, 2019). Studi lain juga menemukan sekitar 46% remaja putri masih memiliki pengetahuan yang rendah terkait personal hygiene (Ilmiawati & Kuntoro, 2016).

Edukasi merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan remaja terkait personal hygiene. Dengan metode edukasi remaja mendapatkan informasi yang adekuat terkait perubahan yang terjadi pada masa peralihan dan tindakan personal hygiene yang harus dilakukan untuk mencegah terjadinya infeksi penyakit. Kelurahan Ampang terletak di tengah kota Padang yang memiliki jumlah remaja yang banyak. Kelurahan Ampang sangat peduli dengan perkembangan remaja, dan berupaya untuk meningkatkan kesehatan remaja melalui berbagai kegiatan salah satunya edukasi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan personal hygiene remaja sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kebersihan remaja.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan berupa edukasi terstruktur secara berkelompok kepada remaja putra dan remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja di Kelurahan Ampang Kota Padang. Materi edukasi mencakup perubahan fisik, hormon dan psikologis pada remaja, tujuan personal hygiene, masalah personal hygiene pada remaja, tips menjaga kebersihan badan, organ reproduksi, kulit dan wajah. Peserta dalam kegiatan ini adalah anak akan memasuki usia peralihan ke remaja serta remaja sampai usia 15 tahun yang berjumlah 31 orang. Media yang digunakan yaitu presentasi *power point* dan leaflet yang diberikan kepada setiap peserta edukasi. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu kuesioner yang dikembangkan oleh tim pelaksana berdasarkan literatur yang ada untuk mengukur pengetahuan personal hygiene. Kuesioner terdiri dari 10 item pertanyaan, dengan jawaban menggunakan skala *Likert* terdiri dari Ya (2), Tidak (1) dan Tidak Tahu (0). Evaluasi kegiatan ini dilakukan *pre* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan remaja menggunakan instrumen yang disusun oleh tim. Data yang didapatkan dianalisis dan disajikan dalam bentuk statistik deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dilakukan secara berkelompok pada 31 remaja remaja di Kelurahan Ampang Kota Padang. Tim pelaksana kegiatan ini terdiri dari 2 orang dosen Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan bidang Keperawatan Medikal Bedah dan Keperawatan Jiwa serta melibatkan beberapa mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Andalas.

Data karakteristik responden menunjukkan rerata usia peserta 11,9 tahun. Peserta terdiri dari 10 orang remaja laki-laki (32,25%) dan 21 orang remaja putri (67,75%). Secara detail data karakteristik responden dijabarkan dengan rinci pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=31)

Karakteristik Responden	Mean	f (%)
Usia	11,9 tahun	
Jenis Kelamin		
<i>Laki-laki</i>		10 (32,25)
<i>Perempuan</i>		21 (67,75)

Hasil analisis data yang dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi oleh peserta edukasi, tentang pengetahuan remaja terkait personal hygiene disajikan pada Tabel 2, yang menunjukkan rerata pengetahuan sebelum dilakukan edukasi yaitu 14,45 dan rerata pengetahuan setelah dilakukan edukasi yaitu 18,77. Hal ini menunjukkan peningkatan rerata skor pengetahuan remaja setelah mengikuti edukasi. Sehingga edukasi dapat dikatakan efektif dapat meningkatkan pengetahuan remaja terkait personal hygiene.

Tabel 2. Pengetahuan Remaja tentang Personal Hygiene (n=31)

Pengetahuan Pesonal Hygiene	Mean
Pre-test	14,45
Post-test	18,77

Dalam kegiatan ditemukan secara signifikan peningkatan pengetahuan remaja terkait personal hygiene mencakup perubahan yang terjadi pada masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Peningkatan pengetahuan remaja cukup memuaskan, dimana remaja yang sebelumnya tidak tahu cara menjaga kebersihan organ reproduksi, kulit wajah dan menjaga bau badan, setelah edukasi mereka telah mengetahui cara menjaga kebersihan organ reproduksi, kulit wajah dan menjaga bau badan yang benar. Remaja penting mengetahui perubahan fisik dan hormonal yang terjadi saat memasuki usia remaja. Hal lain yang penting diketahui remaja terkait personal hygiene yaitu ada perubahan aktivitas kelenjar keringat dan produksi minyak, sehingga akan menimbulkan perubahan pada kulit, jerawat dan bau badan. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja juga berkaitan dengan kebersihan organ genitalia serta perawatannya agar terhindar dari penyakit infeksi. Hasil studi sebelumnya menemukan bahwa pengetahuan personal hygiene remaja putri masih rendah yaitu sekitar 46%, terutama berkaitan dengan kasus kebersihan organ genitalia dan kasus keputihan (Ilmiawati & Kuntoro, 2016).

Studi lain juga menunjukkan tingkat pengetahuan remaja yang masih rendah tentang personal hygiene yaitu 32,9% (Adila, 2019). Perubahan fisik pada remaja berdampak pada perubahan berbagai aspek dalam perkembangan remaja tersebut, sehingga remaja perlu diberikan pengetahuan dasar dan pemahaman agar mereka siap untuk beradaptasi dengan kehidupan baru pada masa remajanya (Batubara, 2010). Cara menjaga kebersihan diri

merupakan informasi penting yang wajib diberikan kepada remaja agar mereka mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Proses pelaksanaan kegiatan edukasi terlihat pada Gambar 1.



a) Pemberian materi oleh narasumber



b) Kegiatan diskusi



c) Tim pelaksana



d) Pelaksanaan kegiatan

Gambar 1. Kegiatan Edukasi Kesehatan

Edukasi pada remaja menjadi upaya yang efektif dalam menyiapkan remaja menghadapi kehidupan remajanya dengan segala perubahan yang terjadi baik dari segi fisik, hormonal dan psikososial. Dengan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja terkait perubahan yang terjadi dan personal hygiene yang harus mereka lakukan agar dapat menjaga kebersihan diri dan terhindar dari berbagai penyakit infeksi (Huriani et al, 2021; Muliantino et al, 2020). Studi sebelumnya menjelaskan bahwa edukasi merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hal ini dapat menjadi upaya promotif sekaligus preventif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Muliantino et al, 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja terkait personal hygiene sehingga dapat diterapkan oleh remaja dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi berkelanjutan dapat dilakukan baik secara berkelompok maupun personal dalam meningkatkan kesehatan dan kebersihan diri remaja sehingga terhindar dari berbagai penyakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dan kepada Lurah Ampang Kota Padang selaku mitra dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, W., Rinjani,M., Cinderella, P. 2019. Tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene. *Journal of Psychological Perspective Volume 1 No 2*, 59 - 66.
- Batubara, Jose RL . 2010. Adolescent development (perkembangan Remaja). *Sari Pediatri, Vol. 12, No. 1*.
- Graha, W.P.S. 2018. *Hubungan antara personal hygiene kulit wajah dengan tingkat terjadinya acne vulgaris di pondok pesantren Al-Munawwir Yogyakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Huriani, E., Maisa, E.A., Ananda, Y. 2021. Penerapan metode *peer education* dalam pembentukan dan pembinaan duta panti bersih dan sehat (pansihhat) di panti asuhan Al Hidayah. *Warta Pengabdian Andalas vol. 28 no. 3*, 279-287. DOI: <https://doi.org/10.25077/jwa.28.3.279-287.2021>
- Ilmiawati, H & Kuntoro. 2016. Pengetahuan *personal hygiene* remaja putri pada kasus keputihan. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan, Vol. 5, No. 1*, 43–51.
- Jannah, M. 2016. Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia Volume 1, No 1*.
- Muliantino, M.R., Ananda.Y., Sarfika, R. 2021. Edukasi kesehatan dan pengolahan obat tradisional untuk peningkatan imunitas pada masa pandemi di Jorong Bansa, Kecamatan Kamang Magek, Kabupaten Agam. *Buletin Ilmian Nagari Membangun, Vol 4 (4)*, 216-225. DOI: <https://doi.org/10.25077/bina.v4i4>
- Muliantino,R.M., Ananda,Y., Krisdiyanto,B.F., Merdawati, L. 2020. Edukasi tindakan pencegahan penyakit infeksi bagi petugas kebersihan terkait pandemik COVID-19. *Warta Pengabdian Andalas vol. 27 no. 3.a*.DOI: <https://doi.org/10.25077/jwa.27.3.149-156.2020>
- Nofita, E., Hasmiwati., Adrial., Nurhayati., Rusdji, S.R., Wardiyah,H., Irawati, N. 2022. Edukasi dan skrining penyakit cacangan pada siswa SDN 10 Kelurahan Bukit Lambung. *Warta Pengabdian Andalas Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan Ipteks. Vol.29 No 2*. DOI: <https://doi.org/10.25077/jwa.29.2.81-86.2022>
- Putra, I.I.A & Winaya, K.K. 2018. Pengaruh personal hygiene terhadap timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2014 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis 2018, Volume 9, No 2*: 156-159.