

GAMBARAN PERSONAL HYGIENE SISWA SEKOLAH DASAR INPRES 3/77 RANOWANGKO KECAMATAN TOMBARIRI KABUPATEN MINAHASA

Lutfita Anggraini, Odi Pinontoan*, Harvani Boky**

**Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado*

ABSTRAK

Personal Hygiene merupakan kebutuhan dasar seseorang, Personal Hygiene adalah kebersihan dan kesehatan diri yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri. Personal hygiene yang dimaksud yaitu meliputi kebersihan rambut, kebersihan kulit, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan mata, kebersihan kuku tangan dan kaki, serta kebersihan telinga. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif, yaitu untuk menggambarkan kebersihan diri siswa Sekolah Dasar Inpres 3/77 Ranowangko Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa. Pengambilan data dilakukan secara observasional pada siswa kelas 4, 5 dan 6 yang berjumlah 70 responden. Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 10,0% responden memiliki rambut hygiene, 84,3% kulit hygiene, 5,7% gigi dan mulut hygiene, 27,1% mata hygiene, 70,0% kuku tangan dan kaki hygiene, serta 11,4% telinga hygiene. Hasil penelitian menunjukkan bahwa personal hygiene responden masih rendah. Oleh karena itu, perlunya tindakan intervensi baik dari orang tua maupun guru di sekolah untuk pendidikan dan penyuluhan mengenai personal hygiene melalui program Usaha Kesehatan Sekolah.

Kata kunci: *Personal hygiene, Perilaku kebersihan diri*

ABSTRACT

Personal Hygiene is a person's basic needs, Personal Hygiene is a hygiene and personal health that aims to prevent the occurrence of disease to yourself. Personal hygiene in question that includes hair hygiene, skin hygiene, dental and oral hygiene, eye hygiene, hand and foot nail hygiene, and ear hygiene. This research is a descriptive research type, namely to describe the personal hygiene of elementary school students Inpres 3/77 Ranowangko District Tombariri Minahasa District. The data were collected by observational students in grade 4, 5 and 6 which amounted to 70 respondents. From the results of the study note that as many as 10.0% of respondents have hygiene hair, 84.3% hygiene skin, 5.7% tooth and hygiene mouth, 27.1% eye hygiene, 70.0% hygiene nails and toes, and 11.4% hygiene ears. The results show that personal hygiene of respondents is still low. Therefore, the need for action intervention by both parents and teachers in the school for education and counseling on personal hygiene through the School Health Program.

Keyword: *Personal Hygiene, personal hygiene behavior*

PENDAHULUAN

Menurut WHO (1947), sehat adalah suatu keadaan yang sempurna baik fisik, mental dan sosial, serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Menurut Undang-undang no.23 tahun 1992 sehat adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang

memungkinkan hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Dalam kata lain kesehatan harus dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh yang terdiri dari unsur-unsur fisik, mental, sosial dan kesehatan jiwa.

Personal hygiene merupakan kebutuhan dasar seorang manusia.

Personal hygiene adalah kebersihan dan kesehatan diri yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri atau orang lain (Tarwoto dan Martonah, 2011). Menurut Rejeki (2015), *Personal hygiene* merupakan kebersihan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis.

Pemeliharaan *personal hygiene* sangat menentukan status kesehatan, dimana individu secara sadar dan atas inisiatif diri sendiri untuk menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit (Akmal dkk, 2013). *Personal hygiene* yang dimaksud yaitu mencakup kebersihan kulit, kebersihan rambut, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan mata, kebersihan kuku tangan dan kuku kaki, serta kebersihan telinga (Rejeki, 2015). Pentingnya menjaga *personal hygiene* ini sejalan dengan undang-undang tentang kesehatan no.23 tahun 1992 pasal 3 yang menyebutkan bahwa setiap orang wajib ikut serta dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan perorangan, keluarga, dan lingkungannya.

Pengetahuan tentang *personal hygiene* atau kebersihan diri mempunyai peranan yang sangat penting dalam tumbuh kembang seorang anak, karena pada anak sekolah dasar yaitu pada usia 6 sampai 12 tahun memiliki tubuh yang rentan terhadap masalah kesehatan.

Sehingga sangat penting untuk mengajarkan bagaimana cara menjaga kebersihan diri pada anak usia sekolah (Islamudin dkk, 2017). Perilaku menjaga kebersihan diri adalah suatu upaya untuk memberdayakan siswa, guru, serta masyarakat lingkungan sekolah agar menjadi tahu, mau, serta mampu mempraktekkan bagaimana cara menjaga *personal hygiene* dan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat, sehingga dengan demikian tercipta sekolah yang bersih dan sehat, yang berdampak pada siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah yang terlindung dari berbagai ancaman dan gangguan penyakit (Solehati dkk, 2015).

Sekolah Dasar Inpres Ranowangko adalah salah satu sekolah dasar yang berada di Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa dengan jumlah siswa sebanyak 161 siswa, dengan jumlah siswa di kelas satu sebanyak 29 siswa, kelas dua 27 siswa, kelas tiga 22 siswa, kelas empat 25 siswa, kelas lima 31 siswa dan kelas enam 27 siswa, dengan jumlah laki-laki sebanyak 81 siswa dan perempuan berjumlah 80 siswa. Menurut hasil observasi pada lingkungan sekolah, Sekolah Dasar Inpres Ranowangko memiliki halaman sekolah yang cukup bersih, tidak ada sampah yang berserakan, dan memiliki ruangan kelas yang bersih. Hasil observasi yang dilakukan peneliti secara

random pada siswa kelas 4 sampai kelas 6 terdapat beberapa siswa yang memiliki keluhan gatal pada kulit kepala, keluhan sakit gigi, rambut yang berbau tidak sedap, mata merah, kuku tangan yang panjang dan hitam, serta beberapa siswa mengalami diare selama sebulan terakhir.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “bagaimana gambaran *personal hygiene* pada siswa di Sekolah Dasar Inpres 3/77 Ranowangko Kecamatan Tombariri Kabupten Minahasa?”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan suatu penelitian deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan terhadap sekumpulan objek untuk mendapatkan gambaran lengkap mengenai fenomena atau kenyataan sosial (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini dilakukan di SD Inpres Ranowangko, Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa pada bulan September–Oktober 2017. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa di Sekolah Dasar Inpres Ranowangko, yang berjumlah 161 siswa. Sampel yang digunakan adalah seluruh siswa kelas 4, 5, dan 6 di Sekolah Dasar Inpres Ranowangko yang berjumlah 83 siswa serta memenuhi kriteria Inklusi dan Eksklusi. Kriteria Inklusi yaitu Semua

siswa kelas 4, 5 dan 6 yang berjumlah 83 siswa dan Siswa yang hadir pada saat dilakukan penelitian, Kriteria Eksklusi yaitu Siswa yang tidak bersedia menjadi responden dan siswa yang belum bisa membaca dan menulis. *Personal hygiene* ini diukur melalui pengamatan langsung oleh peneliti dengan menggunakan *kuesioner* yang terdiri dari 24 poin penilaian dengan menggunakan skala Guttman “ya” dan “tidak”. Hasil ukurnya akan diinterpretasikan menjadi 2 kategori sebagai berikut :

Hygiene : jika seluruh indikator pengamatan *personal hygiene* terpenuhi yaitu apabila hasil pengamatan responden dalam kategori “Ya”. *Tidak hygiene* : jika ada salah satu dari indikator pengamatan *personal hygiene* yang tidak terpenuhi, yaitu ada hasil pengamatan responden yang dalam kategori “Tidak”.

Kemudian diinterpretasikan kedalam bentuk persentase menurut jumlah responden dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : Persentase

f : frekuensi responden dari tiap kategori

N : jumlah seluruh responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan *personal hygiene* kulit.

Perilaku	n	%
Hygiene	59	84,3
Tidak Hygiene	11	15,7
Total	70	100

Kulit merupakan bagian terluar dari tubuh sehingga berperan sebagai pelindung tubuh dari segala kerusakan atau pengaruh lingkungan yang buruk. Adapun fungsi kulit lainnya, yaitu : kulit sebagai tempat penyimpanan, kulit sebagai pengatur suhu, kulit sebagai alat peraba, kulit sebagai penunjang penampilan, dan masih banyak lagi (Maharani A, 2015).

Berdasarkan Tabel di atas Distribusi responden yang menerapkan perilaku hygiene sebanyak 59 pelajar (84,3%) dan responden yang menerapkan perilaku tidak hygiene sebanyak 11 pelajar (15,7%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan *Personal Hygiene* rambut

Perilaku	n	%
Hygiene	7	10,0
Tidak Hygiene	63	90,0
Total	70	100

Rambut merupakan bagian tubuh yang paling banyak mengandung minyak. Karena itu kotoran, debu, dan asap mudah melekat. Maka dari itu mencuci rambut adalah suatu keharusan, mencuci rambut dengan shampo dirasa cukup apabila dilakukan 2 kali dalam

seminggu sebagai cara untuk menjaga kebersihan rambut (Depdikbud, 1986:12). Rambut yang sehat yaitu rambut yang tidak mudah rontok serta patah, tidak terlalu berminyak serta tidak terlalu kering, dan tidak berketombe serta berketu.

Berdasarkan Tabel di atas distribusi responden yang menerapkan perilaku hygiene sebanyak 7 pelajar (10,0%) dan responden yang menerapkan perilaku tidak hygiene sebanyak 63 pelajar (90,0%).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan *Personal Hygiene* gigi dan mulut.

Perilaku	n	%
Hygiene	4	5,7
Tidak Hygiene	66	94,3
Total	70	100

Kebersihan mulut adalah upaya melaksanakan kebersihan rongga mulut, lidah dan gigi dari sisa makanan dan kotoran. Gosok gigi merupakan cara dan upaya yang terbaik untuk perawatan gigi dan dilakukan minimal 2 kali dalam sehari yaitu pagi setelah sarapan dan pada malam hari sebelum tidur. Dengan menggosok gigi secara teratur dan benar maka plak yang ada pada gigi akan hilang. Hindari makan makanan yang keras dan terlalu panas serta dingin (Depdikbud, 1986:30). Gigi yang sehat adalah gigi yang rapi, bersih, bercahaya

dan tidak berlubang serta memiliki gusi yang kencang dan berwarna merah muda.

Berdasarkan Tabel di atas distribusi responden yang menerapkan perilaku hygiene sebanyak 4 pelajar (5,7%) dan responden yang menerapkan perilaku tidak hygiene sebanyak 66 pelajar (94,3%).

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan *Personal Hygiene Mata*.

Perilaku	n	%
Hygiene	49	70,0
Tidak Hygiene	21	30,0
Total	70	100

Mata merupakan indra penglihatan yang sangat dibutuhkan untuk melakukan aktifitas. Oleh sebab itu, individu harus membersihkan matanya supaya aktifitas tidak menjadi terganggu. Kebersihan mata adalah suatu keadaan atau upaya dimana mata bebas dari kotoran, misalnya kotoran debu, asap, dan lain-lain. Kebersihan mata adalah salah satu komponen dari kebersihan diri. Jadi seseorang harus membersihkan matanya agar bisa memenuhi kebersihan diri dan tidak mengalami gangguan penglihatan (Wikipedia.org).

Berdasarkan Tabel di atas distribusi responden yang menerapkan perilaku hygiene sebanyak 19 pelajar (27,1%) dan responden yang

menerapkan perilaku tidak hygiene sebanyak 51 pelajar (72,9%).

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan *Personal Hygiene Kuku Tangan dan Kaki*.

Perilaku	n	%
Hygiene	19	27,1
Tidak Hygiene	51	72,9
Total	70	100

Kuku terdapat di ujung jari bagian yang melekat pada kulit, yang terdiri dari sel-sel yang masih hidup. Bentuk kuku bermacam-macam tergantung dari kegunaannya, ada yang pipih, bulat panjang, tebal, dan tumpul (Depdikbud, 1926:21).

Berdasarkan tabel di atas distribusi responden yang menerapkan perilaku hygiene sebanyak 49 pelajar (70,0%) dan responden yang menerapkan perilaku tidak hygiene sebanyak 21 pelajar (30,0%).

Tabel 6. Distribusi responden berdasarkan *Personal Hygiene Telinga*

Perilaku	n	%
Hygiene	8	11,4
Tidak Hygiene	62	88,6
Total	70	100

Telinga merupakan alat pendengaran, sehingga berbagai bunyi dapat di dengar. Di samping sebagai alat

pendengaran telinga juga dapat berguna sebagai alat keseimbangan tubuh. Menjaga kesehatan telinga dapat dilakukan dengan pembersihan yang berguna untuk mencegah kerusakan dan infeksi telinga. Telinga yang sehat yaitu lubang telinga yang senantiasa bersih, untuk mendengar jelas, dan telinga bagian luar selalu bersih (Depdikbud, 1986:30).

Berdasarkan tabel di atas distribusi responden yang menerapkan perilaku hygiene sebanyak 8 pelajar (11,4%) dan responden yang menerapkan perilaku tidak hygiene sebanyak 62 pelajar (88,6%).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SD Inpres Ranowangko 3/77 maka ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Distribusi *Personal Hygiene* tertinggi adalah *hygiene* kulit dengan jumlah responden yang menerapkan perilaku *hygiene* sebanyak 59 pelajar dengan persentase 84,3%. Distribusi *Personal hygiene* tertinggi ke dua yaitu *hygiene* kuku tangan dan kaki dengan jumlah responden yang menerapkan perilaku *hygiene* sebanyak 49 pelajar dengan persentase 70,0%. Distribusi *Personal hygiene* tertinggi ketiga yaitu *hygiene* mata dengan jumlah responden yang menerapkan perilaku *hygiene* sebanyak 19 pelajar dengan persentase 27,1%.

Distribusi *Personal hygiene* tertinggi ke empat yaitu *hygiene* telinga dengan jumlah responden yang menerapkan perilaku *hygiene* sebanyak 8 pelajar dengan persentase 11,4%. Distribusi *Personal hygiene* tertinggi ke lima yaitu *hygiene* rambut dengan jumlah responden yang menerapkan perilaku *hygiene* sebanyak 7 pelajar dengan persentase 10,0%. Distribusi *Personal Hygiene* terendah adalah *hygiene* gigi dan mulut dengan jumlah responden yang menerapkan perilaku *hygiene* hanya 4 pelajar dengan persentase 5,7%.

Maka dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa *Personal Hygiene* pada siswa Sekolah Dasar Inpres 3/77 Ranowangko Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa masih rendah.

SARAN

1. Perlunya pihak sekolah dapat memberikan pelajaran mengenai *Personal Hygiene* agar para siswa dapat menjaga kebersihan dirinya sendiri untuk meningkatkan derajat kesehatan pada pelajar.
2. Perlunya pihak sekolah dapat menyediakan UKS.
3. Perlunya pihak sekolah menyediakan fasilitas sarana dan prasarana untuk menjaga *personal hygiene* seperti tempat mencuci tangan dan WC.

4. Perlunya para pelajar lebih meningkatkan kesadaran dan kemauan untuk menjaga kebersihan diri sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonimous 2017. *Profil Sekolah SD Inpres 3/77 Ranowangko*.
- Anonimous 1992. Undang-undang RI Nomor 23. *Tentang Kesehatan*, Jakarta.
- Akmal dkk, 2013. *Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Skabies Di Pondok Pendidikan Islam Darul Ulum, Palarik Air Pacah, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2013*. Jurnal Kesehatan Andalas Vol 2. No 3. 2013.
- Depdikbud, 1986. *Tuntutan Pendidikan Kesehatan Pribadi*. Jakarta : Deprtemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Islamudin dkk, 2017. *Gambaran Perilaku Personal Hygiene Yang Berhubungan dengan Infeksi Soil Trasmited Helminth pada Anak Sekolah Dasar (Studi Kasus di Desa Candi Kecamatan Bandungan Kabupaten Semarang)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 5. No 1. 2017.
- Maharani A, 2015. *Penyakit Kulit, Perawatan Pencegahan dan Pengobatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Notoatmodjo S, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rejeki S, 2015. *Sanitasi, Hygiene, dan Kesehatan & Keselamatan Kerja (K3)*. Bandung: Rekayasa Sains.
- Solehati dkk, 2015. *Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan dan Skill Guru Serta Personal Hygiene Siswa SD*. Jurnal Kemas Vol 11. No 1. 2015.
- Tarwoto & Wartonah, 2011. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan edisi ke-4*. Jakarta: Selemba Medika.
- Wikipedia.org, *Pengertian Mata*. <https://id.m.wikipedia.org/wiki/mata> diakses pada 6 September 2017, pukul 19.28 WITA.