

PENGENALAN "KUKU DAN SEGALA PENYAKITNYA" UNTUK MENDUKUNG GERAKAN BERSIH DIRI DI PP. DARUSSALAM AL-FAISHOLIAH MADURA

Maria Ulfa¹, Meidyta Sinantryana Widyaswari², Yuriske Agnovianto³,
Dimas Bagus Dwi Saputra⁴, Ribellizho Carrol Lay Gloria Guterres⁵

^{1,2,3}Program Studi S1 Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama

^{4,5}Mahasiswa Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama

e-mail: dr.maria@unusa.ac.id

Abstrak

Pondok pesantren adalah tempat berkumpulnya banyak orang dimana rentan terjadi penularan penyakit terutama penyakit kulit dan kuku. Kondisi kuku dapat memberikan petunjuk berharga tentang kesehatan, meskipun seringkali tidak menjadi petunjuk pertama suatu penyakit serius. Kebiasaan menggigiti kuku juga bisa memungkinkan penyebaran flu, infeksi, dan penyebaran bakteri yang mengganggu pencernaan. Oleh karena itu, hal ini menjadi prioritas yang perlu diperhatikan dan dibenahi agar dapat mengurangi risiko penularan penyakit melalui kuku di lingkungan Pondok Pesantren. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman dengan memberikan edukasi pengenalan kuku dan segala penyakitnya untuk mendukung gerakan bersih diri di PP. Darussalam Al-Faisholiah Madura. Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah ceramah dan tanya jawab. Sebelum penyuluhan peserta diberi pre-test, kemudian setelah penyuluhan peserta diberi post-test. Hasil pre-test dan post-test dinilai kemudian dilakukan pengolahan data dan evaluasi.. Hasil pre-test dan post-test mengenai pengetahuan pengenalan kuku dan segala penyakitnya melalui kuesioner secara langsung terjadi peningkatan nilai oleh santri yang mengikuti kegiatan ini. Persentase kenaikan nilai rata-rata adalah sebesar 38%. Dari hasil analisis Uji T-test, menunjukkan bahwa nilai p sebesar 0,00000 ($p < 0,05$), yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan santri saat sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan. Kesimpulannya, Pengabdian masyarakat tentang "Pengenalan "Kuku dan Segala Penyakitnya" untuk Mendukung Gerakan Bersih Diri di PP. Darussalam Al-Faisholiah Madura telah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman santri.

Kata kunci: Kuku, Gerakan Bersih Diri, Pondok Pesantren

Abstract

Pondok pesantren is a place where many people gather, making it susceptible to the transmission of diseases, especially skin and hoof diseases. The condition of the nails can provide valuable clues about health, although it often does not serve as the first indication of a serious illness. The habit of biting nails can also allow the spread of flu, infections, and the spread of bacteria that disrupt digestion. Therefore, this becomes a priority that needs to be addressed and improved in order to reduce the risk of disease transmission through nails in the environment of Islamic boarding schools. The purpose of this community service is to enhance understanding by providing education on nail recognition and all its diseases to support the personal hygiene movement at PP. Darussalam Al-Faisholiah Madura. The methods used in the counseling are lectures and question-and-answer sessions. Before the counseling, participants were given a pre-test, and after the counseling, participants were given a post-test. The results of the pre-test and post-test were evaluated, followed by data processing and evaluation. The results of the pre-test and post-test regarding knowledge of nail recognition and all its diseases through questionnaires showed a direct increase in scores by the students who participated in this activity. The percentage increase in the average score is 38%. The results of the T-test analysis show a p-value of 0.00000 ($p < 0.05$), which means there is a significant difference between the students' knowledge before and after the counseling was conducted. In conclusion, the community service on "Introduction to Nails and Their Diseases" to Support the Cleanliness Movement at PP. Darussalam Al-Faisholiah Madura has increased the knowledge and understanding of the students.

Keywords: Nails, Self-Cleaning Movement, Pondok Pesantren

PENDAHULUAN

Ponpes Darussalam Al-Faisholiah terletak di dataran tinggi pulau Madura sehingga mempunyai rata-rata hari hujan tertinggi, Kecamatan Ketapang Sampang juga dikenal dengan kultur

nahdliyyinnya. Diantara salah satu ikon di wilayah perbukitan tersebut adalah Ponpes Darussalam Al-Faisholiyah Buntan Barat, Ketapang. Ponpes Darussalam Al-Faisholiyah didirikan pada tahun 2010 oleh Ayatullah Mubarak, S.Pdi. Pondok ini terletak di Jl. Raya Aeng Cellep, Buntan Barat, Kec. Ketapang, Kab. Sampang Prov. Jawa Timur. Pondok Pesantren Darussalam Al-Faisholiyah secara resmi didirikan dan dibuka pada tahun 2003 dilengkapi dengan Unit Pendidikan PAUD / TKA, Madrasah Ibtidaiyah Diniyah (MID), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan 2 jurusan yaitu IPA dan IPS serta Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Unit-unit Pendidikan Darussalam Al-Faisholiyah menggabungkan antara Kurikulum Formal (Pemerintah) dengan Non Formal (ala Pesantren) yang menambahkan Muatan Lokal berupa pelajaran-pelajaran Agama Islam.

Pondok pesantren (ponpes) adalah tempat berkumpulnya banyak orang dimana rentan terjadi penularan penyakit. Untuk menjaga kesehatan kulit para santri dan pengasuh pondok perlu memperhatikan kebersihan masing-masing individu. Namun, sangat sulit mengontrol kebersihan individu setiap santri, khususnya hygiene kuku. Perubahan warna dan tekstur permukaan kuku dapat merefleksikan berbagai kondisi medis. Variasi perubahan secara halus dapat kita sadari, dan sering bentuk ketidaksempurnaan ini tidak banyak berarti untuk sebagian orang, namun bagi mata yang terlatih, kondisi kuku dapat memberikan petunjuk berharga tentang kesehatan, meskipun seringkali tidak menjadi petunjuk pertama suatu penyakit serius. Kuku sehat memiliki tekstur permukaan rata halus, tanpa lubang atau alur. Mereka seragam dalam warna dan konsistensi serta bebas dari bintik-bintik atau perubahan warna. Dengan rajin mencermati bagian ini, sejumlah penyakit bisa dikenali dari sejumlah anomali dan hal yang tidak biasa (Jose, 2018).

Kuku berada di ujung jari tangan yang merupakan organ tubuh yang paling aktif dan banyak berinteraksi dengan berbagai benda. Peluang penyebaran patogen melalui tangan cukup besar. Masalah kuku juga bisa timbul karena dipicu kebiasaan terlalu sering mencuci tangan. Kontak yang sering dengan detergen dalam sabun cuci tangan dapat mengakibatkan kuku menjadi kering dan lebih rapuh. Kebiasaan menggigiti kuku juga bisa memungkinkan penyebaran flu, infeksi, dan penyebaran bakteri yang mengganggu pencernaan. Kebiasaan menggigiti kuku pun tidak sehat karena mengarah pada ciri-ciri gangguan obsessive compulsive disorder (OCD) (Maria, 2015). Di lain pihak, perlakuan kurang tepat pada kuku juga bisa memicu sejumlah gangguan kesehatan. Kebiasaan merawat kuku dengan baik dapat menghindari risiko gangguan kesehatan dan ancaman sejumlah penyakit. Namun, banyak remaja di Indonesia yang belum memiliki pengetahuan tentang cara merawat kuku sehingga dapat terhindar dari penyakit-penyakit kuku. Untuk itu, sangat penting dilakukan penyuluhan "Pengenalan "Kuku dan Segala Penyakitnya" untuk Mendukung Gerakan Bersih Diri di PP. Darussalam Al-Faisholiyah Madura.

METODE

Pada pra kegiatan, tim memastikan kesiapan dari narasumber, moderator, MC, materi, pretest dan posttest sebagai indikator tingkat pengetahuan santri mengenai pengenalan kuku dan segala penyakitnya untuk mendukung gerakan bersih diri. Menyiapkan peserta, kuis untuk ice breaking, flyer kegiatan, link absensi kehadiran, dan sertifikat. Setelah berkoordinasi dengan pihak pondok untuk penentuan tanggal yang tepat, didapatkan tanggal 7 Mei 2024 untuk pelaksanaan kegiatan ini.

Tim melibatkan pihak pondok untuk menentukan tema kegiatan, penyusunan rundown, serta pelibatan dalam pengisi acara (MC dan sambutan). Adapun pemberian materi dilakukan secara offline di aula dan kelas pondok pesantren. Total peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat adalah sejumlah 38 orang yang terdiri dari santri husada.

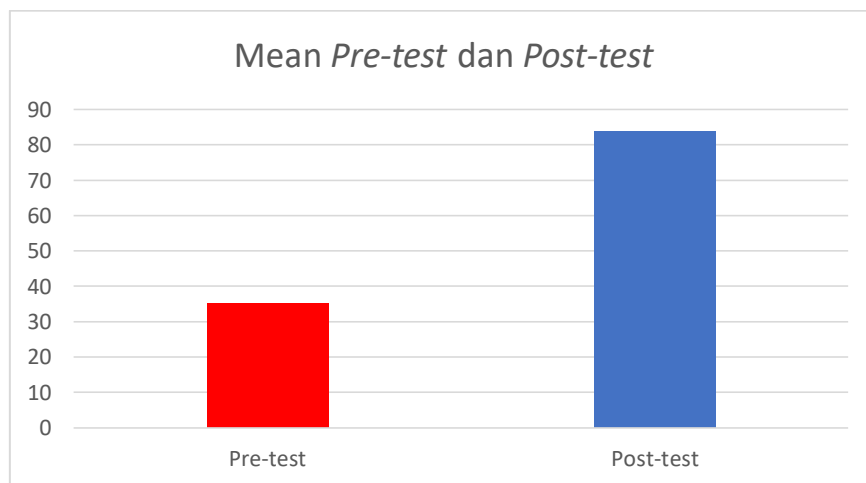


Gambar 1. Pengabdian Masyarakat di PP. Darussalam Al-Faisholiyah

Dalam penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan, terdapat pretest sebelum materi dan posttest setelah materi. Pada sesi tanya jawab, pertanyaan telah dijawab oleh pemateri. Di sesi ini, peserta begitu antusias menanyakan terkait poin-poin dalam materi yang belum jelas serta tantangan dalam implementasi menjaga kesehatan kuku di pondok pesantren. Setelah penyuluhan, tim pengabdian masyarakat juga menyediakan pemeriksaan kesehatan secara gratis untuk peserta penyuluhan dan pengurus pondok pesantren. Diantaranya meliputi pengukuran tinggi dan berat badan, tekanan darah, pemeriksaan gula darah, konsultasi kesehatan, dan pengobatan gratis. Sebelum ditutup, terdapat penyerahan sertifikat secara simbolis kepada pihak Pondok Pesantren Darussalam Al-Faisholiyah Sampang Madura, serta terdapat doorprize untuk peserta yang bisa menjawab pertanyaan dari panitia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini merupakan hasil kerjasama FK UNUSA dengan Pondok Pesantren Darussalam Al-Faisholiyah Sampang Madura, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan santri mengenai pengenalan kuku dan segala penyakitnya untuk mendukung gerakan bersih diri. Santri yang mengikuti penyuluhan ini berjumlah 38 orang. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test mengenai pengetahuan perencanaan dan pengorganisasian poskestren santri melalui kuesioner secara langsung terjadi peningkatan nilai oleh santri yang mengikuti kegiatan ini. Persentase kenaikan nilai rata-rata adalah sebesar 38%. Dari hasil analisis Uji T-test, menunjukkan bahwa nilai p sebesar 0,0000 ($p < 0,05$), yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan santri saat sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan. Hal ini menggambarkan terjadinya peningkatan pengetahuan oleh santri mengenai materi pengenalan kuku dan penyakitnya yang telah disampaikan pada kegiatan pengabdian masyarakat tersebut.



Gambar 2. Diagram Mean Pre-test dan Post-test

Hasil ini memberikan informasi berharga kepada para pengasuh pondok pesantren dan tim pengabdian masyarakat tentang keberhasilan program penyuluhan dan pelatihan serta efektivitas metode yang digunakan. Selain itu, hasil ini juga dapat dijadikan dasar yang kuat untuk memperbaiki atau memodifikasi program penyuluhan di masa depan, dengan tujuan untuk mencapai hasil yang lebih baik.

Perubahan kuku seperti berubah warna, tekstur, struktur, dan atau disertai infeksi mungkin memerlukan bantuan profesional. Kelainan kuku jika disertai gejala lain seperti onycholysis, edema dan nyeri atau gatal, waspada terhadap suatu infeksi jamur. Perubahan tekstur dapat berupa penebalan, penipisan, perubahan bentuk, termasuk pertumbuhan kuku yang tidak teratur, pitting, adanya garis coklat kehitaman di bawah kuku dan kutikula, atau adanya kutil periungual atau subungual. Kutil sekitar kuku memiliki kecenderungan untuk berkembang menjadi karsinoma sel skuamosa. Perubahan warna kuku kehitaman atau perdarahan di sekitar kuku yang melibatkan kutikula memiliki potensi sebagai melanoma. Konsultasi dan pemeriksaan lebih lanjut dengan dermatologist mungkin diperlukan untuk permasalahan kuku yang serius (Jose, 2018).

Kadang-kadang permukaan kuku tidak rata, terdapat gunung vertikal yang tidak berbahaya dari kutikula ke ujung kuku. Gunung vertikal cenderung prominen sejalan dengan usia. Kuku juga dapat mengembangkan garis-garis putih atau bintik-bintik karena cedera, yang akhirnya hilang dengan pertumbuhan kuku. Rajin memperhatikan kondisi kuku dan merawat kuku dengan baik dapat menghindari risiko gangguan kesehatan dan ancaman sejumlah penyakit. Perawatan kuku sebaiknya memperhatikan: a. Menjaga kuku tetap kering dan bersih b. Menjaga kebersihan kuku, gunakan gunting kuku pribadi, potong kuku berkala secara lurus dan gunting ujungnya secara lengkung c. Menggunakan pelembab kuku, krim urea, fosfolipid atau lactic acid mencegah kuku pecah d. Menggunakan lapisan pelindung kuku untuk memperkuat tekstur kuku e. Menghindari penggunaan cairan penghilang cat kuku yang mengandung aseton atau formaldehid f. Membawa instrumen sendiri jika sering manikur atau pedikur g. Jika memiliki kuku palsu, periksa secara teratur untuk perubahan warna kuku aslinya h. Makan diet seimbang dan suplementasi biotin untuk menguatkan kuku yang rapuh (Maria et al., 2015).

Untuk mencegah kerusakan kuku sebaiknya: a. Tidak menggigit kuku atau memotong dan membersihkan kutikula terlalu dalam karena kebiasaan ini dapat merusak kuku. Bahkan luka kecil di samping kuku Anda dapat memungkinkan infeksi bakteri atau jamur b. Tidak mencabut tepi bebas kuku karena sebagian jaringan kulit di sekitar akan ikut tercabut, potong secara hati-hati tepi kuku bebas c. Tidak menggali kuku yang tumbuh ke dalam jaringan d. Tidak menggunakan produk perawatan kuku yang keras. Membatasi penggunaan cat kuku. Bila menggunakan cat kuku, pilih formula yang bebas aseton. Masalah kuku persisten atau berhubungan dengan tanda-tanda dan gejala lain, sebaiknya konsultasikan dengan dermatologist (Nugraha et al., 2022).

SIMPULAN

Dari hasil kegiatan yang dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa setelah mengikuti penyuluhan dan pemeriksaan secara keseluruhan, para santri dan pengurus pondok di pondok pesantren Darussalam Al-Faisholiyah Sampang Madura telah bertambah pengetahuannya dan pemahamannya tentang pengenalan kuku dan segala penyakitnya, serta para santri atau pengurus pondok telah mendapatkan pemeriksaan dan pengobatan secara gratis.

SARAN

Perlu dilakukan edukasi lanjutan dan pendampingan untuk mengetahui penyuluhan yang telah diterima oleh para santri husada dilanjutkan dengan penerapan yang konsisten di lingkungan masyarakat Pondok Pesantren Darussalam Al-Faisholiyah, Sampang, Madura dengan melakukan kunjungan berkala dan pengambilan data. Selain itu, perlu dilakukan edukasi lanjutan mengenai kesehatan santri di lingkungan pondok pesantren.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya yang telah memberikan pendanaan untuk pelaksanaan program, serta Pondok Pesantren Darussalam Al-Faisholiyah Sampang Madura yang telah berkenan untuk menjadi mitra dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Jose L. Anggowarsito. (2018). Kuku Sebagai Petunjuk Penyakit Lain (Nail As A Hint Other Diseases). *Jurnal Widya Medika*. 2018; (4): 2 Oktober 2018.
- Maria Clarissa Wiraputranto, Audrey Melanie, Lorettha Wijaya. (2015). Perubahan Warna Kuku. *Cermin Dunia Kedokteran* 227. Vol. 42 no. 4, th. 2015
- Nugraha, M.O., Purnamasari, R., & Aulia, S.(2022). Klasifikasi Penyakit Berdasarkan Warna Kuku Menggunakan Pengolahan Sinyal Digital. *e-Proceeding of Engineering* : Vol.8, No.6 Desember 2022 | Page 3226