

PEYULUHAN PENTINGNYA MENJAGA PERSONAL HYGINE PADA REMAJA DI PONDOK PESANTREN AS-SALAFIYAH DESA PAKONG

Zekiyatun Imroatul Hasanah¹, Layla Imroatu Zulaikha²

^{1,2)}Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Islam Madura
email: zekiyatunimroatulh12@gmail.com¹, aylaathariz@gmail.com

Abstrak

Personal hygiene adalah berasal dari kata Yunani berasal dari kata personal yang artinya perseorangan dan hygiene berarti sehat. Dari pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa kebersihan perseorangan. Program kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang personal hygiene adalah dengan penyuluhan. Sebelum diadakan penyuluhan melalui proses Tahap persiapan yang dilakukan dengan mengkoordinasi dengan bidan desa Pakong, koordinasi dengan pengasuh pondok pesantren as-salafiyah desa Pakong, serta melakukan pengkajian pada beberapa santri di pondok pesantren as-salafiyah desa Pakong bahwa pelaksanaan akan dilakukan pada tanggal 29 Juli 2022. Kegiatan penyuluhan di pondok pesantren as-salafiyah desa Pakong dimulai pada tanggal 29 Juli 2022 dan pengkajian 27 Juli 2022. Setelah dilakukan penyuluhan terdapat adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dari 50% (kurang baik) meningkat menjadi 97,2% (sangat baik). Para santri sudah mendapatkan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan.

Kata kunci: : Hygiene, Personal Hygiene, Pesantren

Abstract

Personal hygiene comes from the Greek word derived from the word personal which means individual and hygiene means healthy. From this statement it can be interpreted that personal hygiene. The program of activities carried out to increase knowledge about personal hygiene is counseling. Prior to conducting counseling, the preparatory stages were carried out by coordinating with the Pakong village midwife, coordinating with the caregivers of the As-Salafiyah Islamic Boarding School, Pakong Village, and conducting studies on several students at the As-Salafiyah Islamic Boarding School, Pakong Village, that the implementation would be carried out on July 29, 2022, Counseling activities at the As-Salafiyah Islamic Boarding School, Pakong Village, began on July 29, 2022 and the assessment was July 27, 2022. After counseling there was an increase in knowledge about the importance of maintaining personal hygiene from 50% (poor) to 97,2% (very good). The students have received counseling about the importance of maintaining cleanliness.

Keywords: Hygiene, Personal Hygiene, Boarding School

PENDAHULUAN

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani yaitu personal berarti perorangan dan hygiene berarti sehat. Personal hygiene adalah cara perawatan diri seseorang untuk memelihara kesehatannya. Dari bahasa tersebut dapat dikatakan bahwa personal hygiene adalah ilmu kesehatan tentang perawatan diri seperti mandi, kecantikan dan kebersihan umum. Personal Hygiene mencakup perawatan kulit, rambut, kuku, gigi, rongga hidung dan mulut, mata telinga, dan daerah genital. Personal hygiene bertujuan untuk mencapai kebersihan tubuh; meliputi membasuh, mandi, merawat rambut, kuku, gigi, dan gusi disamping membersihkan daerah genital (Rosidin et al., 2021).

Pengelolaan hygiene penting karena erat kaitannya dengan bagaimana penyakit berbahaya bisa timbul dan ditularkan dari makanan, orang, maupun sebuah tempat atau benda lain (Karlina et al., 2021).

Faktor yang memengaruhi personal hygiene adalah kebudayaan, agama, lingkungan, tingkatan perkembangan sesuai usia, kesehatan dan energi, serta preferensi pribadi (Utama, 2017)

Personal hygiene atau sering kali disebut perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang selalu dipromosikan oleh pemerintah belakangan ini terutama untuk menjaga diri kita tetap sehat dan mengurangi risiko terserang penyakit.

PHBS adalah semua perilaku sehat yang dilakukan atas dasar kesadaran untuk menolong diri sendiri dan anggota keluarga dibidang kesehatan serta dapat berperan aktif dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan kesehatan masyarakat (Zakiudin, 2016).

Personal hygiene atau hygiene perorangan (usaha kesehatan pribadi) adalah upaya upaya dari seorang untuk memelihara dan mempertinggi derajat kesehatan sendiri.

Salah satu cara menjaga agar kondisi badan tetap sehat adalah dengan menjaga dan memelihara kebersihan diri atau yang biasa dikenal dengan personal hygiene. Kebersihan perorangan atau personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya (Hadi et al., 2022).

Kegiatan personal hygiene yang paling sering diabaikan adalah cuci tangan. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun akan banyak mengurangi jumlah mikroorganisme dari kulit dan tangan (Rosidin et al., 2021).

Masalah kesehatan yang sering dialami karena kurangnya memperhatikan personal hygiene adalah diare, di Indonesia sendiri telah ditemukan sekitar 6 juta kejadian diare setiap tahunnya dan merupakan salah satu penyebab utama kesakitan dan kematian

Pondok pesantren merupakan tempat berkumpulnya santri yang memiliki tujuan mempelajari ilmu agama. sebagian besar populasinya adalah remaja yang hidup bersama, melaksanakan kegiatan bersama dan saling membutuhkan satu sama lain. Lingkungannya rata-rata memiliki masalah kesehatan, khususnya kesadaran mengenai kebersihan diri yang berakibat pada muncul berbagai jenis penyakit salah satunya masalah kesehatan (Hadi et al., 2022).

Pesantren adalah sekolah atau institusi pendidikan islam yang memiliki sistem asrama. Santri hidup pada lingkungan pesantren padat dengan sanitasi kurang baik dan memiliki kebiasaan pinjam meminjam barang sehingga mudah tertular penyakit. Kebanyakan pondok pesantren di Indonesia memiliki masalah yang begitu klasik yaitu tentang kesehatan santri dan masalah terhadap penyakit. Masalah kesehatan dan penyakit di pesantren sangat jarang mendapat perhatian, baik dari warga pesantren itu sendiri maupun masyarakat dan juga pemerintah. Salah satu penyebab buruknya kualitas kehidupan santri pondok pesantren di Indonesia karena pondok pesantren memiliki perilaku yang sederhana sesuai dengan tradisi yang berkembang sejak awal berdirinya pesantren, ditambah juga dengan fasilitas kebanyakan pondok pesantren yang kurang untuk menunjang kehidupan sehari-hari termasuk juga fasilitas kesehatannya (Hadi et al., 2022).

Pondok pesantren merupakan suatu bangunan tempat tinggal para santri saat menimba ilmu yang dapat menjadi faktor penyakit penularan penyakit infeksius karna kebiasaan santri didalamnya seperti; gota ganti baju sesama teman menggunakan alat mandi(handuk) satu untuk 3-5 orang.

Hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 27 juli 2022 di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong didapatkan santri yang kurang menjaga kebersihan diri 40% dan kurangnya pengetahuan pentingnya menjaga kebersihan diri bagi kesehatan. Dari hasil pengkajian yang di dapat pada tanggal 27 juli 2022 saya selaku yang melakukan pengabdian tertarik untuk melakukan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri.

METODE

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan bidan desa pakong, koordinasi dengan pengasuh pondok pesantren as-salafiyah desa pakong, serta melakukan pengkajian pada beberapa santri di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong

Tahap pelaksanaan dilakukan pada minggu ke 2 masa pengabdian tepatnya tanggal 29 juli 2022 dengan melakukan penyuluhan pada para santri di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong dengan tema personal hygiene atau kebersihan diri.

Tahap evaluasi dilakukan setelah disampaikan materi dengan cara memberikan sebuah pertanyaan dan kesempatan bertanya untuk mengetahui sejauh mana mereka memafami pemaparan materi yang di sampaikan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan pentingnya menjaga personal hygiene yang di sampaikan pada remaja putrid di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong di lakukan pada tanggal 29 juli 2022 dengan melakukan pengkajian pada tanggal 27 juli 2022 kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan para santri tentang pentingnya menjaga kebersihan diri.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan

Tabel 1. distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

no	usia	Frekuensi	Presentase
1	12-14	15	21,4%
2	15-17	40	57,2%
3	18-21	15	21,4%

Berdasarkan data yang kami dapat saat di lakukan penyuluhan di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong terdapat 70 santri putri yang hadir pada penyuluhan. Dengan klasifikasi usia remaja, remaja awal terdiri dari 15 santri putri, remaja madaya terdiri dari 40 santri putri, dan remaja akhir terdiri dari 15 orang.

Tabel 2. distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan

No	Pre test	Frekuensi	Presentase
1	Baik	10	14,3%
2	Cukup	25	35,7%
3	Kurang	35	50%

Dari hasil kuesiner sebelum dilakukan penyuluhan tingkat pengetahuan para santri putri di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong rendah, data yang saya peroleh dengan kategori pengetahuan baik hanya 10 orang dari 70 santri yang hadir, kategori cukup mencapai 25 orang dan kategori pengetahuan yang kurang terdapat separuh / 50% dari santri yang hadir pada penyuluhan ini yakni 35 orang. hal ini disebabkan karna sebagian besar santri yang hadir pada penyuluhan ini merupakan santri yang belum mendapatkan penyuluhan / pengetahuan tentang pentingnya mencintai diri sendiri dengan menjaga personal hygienya.

Dalam hal ini kami melakukan penyuluhan dengan pembahasan-pembahasan santai dan dilakukan shering session dengan harapan materi yang disampaikan dapat di tangkap dan di mengerti oleh para santri putri as-salafiyah desa pakong.

Tabel 3. distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan

No	Post test	Frekuensi	Presentase
1	Baik	63	90%
2	Cukup	5	7,2%
3	Kurang	2	2,8%

Setelah dilakukan penyuluhan pada santri putri di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong, kami memberikan kuesioner / pertanyaan-pertanyaan tentang personal hygiene dengan harapan pengetahuan para santri putri terkait dengan personal hygiene meningkat, dan dapat kita ketahui bahwa tingkat pengetahuan para santri as-salafiyah desa pakong dengan kategori baik terdapat 63 santri dari 70 santri yang hadir dan terdapat 5 orang santri dengan tingkat pengetahuan cukup, serta 2 orang santri berpengetahuan kurang, hal ini disebabkan karena para santri mendengarkan secara seksama dan juga sangat proaktif pada penyuluhan yang disampaikan, audien lebih banyak dari golongan remaja madya dimana ada kecenderungan mencintai diri sendiri, sehingga ada beberapa para santri yg bertanya tentang personal hygiene sehingga pengetahuan para santri tidak hanya tahu pada materi yang di berikan oleh pemateri dan ada juga yang bisa menjawab pertanyaan yang di ditanyakan oleh pemateri hubungan timbal balik pemateri dan audien sangat baik.

Hasil penyuluhan personal hygiene pada santri putri di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong di dapatkan peserta yang hadir sebanyak 70 santri putri. Hasil dari penyuluhan pada para santri tersebut di dapatkan hasil yakni meningkatnya pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dilihat dari jawaban pertanyaan setelah penyampaian materi dan jawaban sebelum disampaikan materi.

Pada pengabdian ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang di lakukan berjalan lancar dan materi dapat di terima dengan baik oleh para santri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan tentang personal hygiene di pondok pesantren as-salafiyah desa pakong dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dari 50% (kurang baik) meningkat menjadi 97,2% (sangat baik)

SARAN

Saran untuk penelitian selanjutnya dapat menutup kekurangan dan menyempurnakan penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Hadi, I., Rosyanti, L., Taamu, T., & Yanthi, D. (2022). Pemberian Edukasi dan Praktik Personal Hygiene dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Anak Pondok Pesantren Di Konda, Konawe Selatan. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 38–46. <https://doi.org/10.36990/jipm.v2i1.560>
- Karlina, N., Rusli, B., Muhtar, E. A., & Candradewini, C. (2021). Sosialisasi Pemeliharaan Personal Hygiene Dan Proteksi Diri Di Lingkungan Perumahan Pada Era New Normal. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v4i1.30658>
- Rosidin, U., Sumarni, N., & Suhendar, I. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Pada Siswa SMK Al Halim Garut. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 181–190. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v4i2.9272>
- Utama, aditia edy. (2017). PERSONAL HYGIENE PADA ANAK SD NEGERI MERJOSARI 3. 2(2), 1–14.
- Zakiudin, A. (2016). Perilaku Kebersihan Diri (Personal Hygiene) Santri di Pondok Pesantren Wilayah Kabupaten Brebes. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 11(2), 64–83.