

PKM Konseling Personal Hygiene Pada Lansia di Wilayah Pesantren Nurul Jadid Karanganyar Paiton Probolinggo

Vivin Nur Hafifah,¹ Shofiatul Widad,² Nafilatin Mabruro,³ Nur Laila⁴

Universitas Nurul Jadid, Paiton

Submission: 28/08/2021

Received: 28/11/2021

Published: 31/12/2021

Keywords:
Counseling 1,
Personal Hygiene
2, Eldery 3

Abstract. Introduction: Personal hygiene is an act to maintain the cleanliness and health of a person for physical and psychological well-being. Lack of knowledge and information about the importance of personal hygiene makes the elderly not think too much about the impact that personal hygiene will have on the elderly. So that education (counseling) related to personal hygiene can increase knowledge in the elderly about the importance of maintaining and caring for personal hygiene. Media: This counseling uses audiovisual in the form of video media (AVA or Audio Visual Aids). Result: the counseling went well and the elderly felt happy with the knowledge that was given. Conclusion: Healthy and clean lifestyle needs to be continuously socialized because cleanliness is the root of health and the elderly are susceptible to various diseases that originate from body uncleanness.

Katakunci:
Konseling 1,
Personal Hygiene
2, Lansia 3

Abstrak. Pendahuluan: Kebersihan pribadi adalah tindakan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikologis. Kurangnya pengetahuan dan informasi tentang pentingnya kebersihan pribadi membuat orang tua tidak terlalu memikirkan dampak yang akan ditimbulkan oleh kebersihan pribadi pada orang tua. Sehingga pendidikan (konseling) terkait kebersihan pribadi dapat meningkatkan pengetahuan pada lansia tentang pentingnya menjaga dan merawat kebersihan pribadi Media: Konseling ini menggunakan audiovisual dalam bentuk media video (AVA atau Audio Visual Aids). Hasil: konseling berjalan dengan baik dan orang tua merasa senang dengan pengetahuan yang diberikan. Kesimpulan: Gaya hidup sehat dan bersih perlu terus disosialisasikan karena kebersihan adalah akar kesehatan dan lansia rentan terhadap berbagai penyakit yang berasal dari najis tubuh.

1 Pendahuluan

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai pada satu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan (Sofia Rhosma Dewi, 2015). Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh yang berahir dengan kematian (Nugroho Wahjudi, 2012). Menjadi tua adalah hal yang wajar

didalam perjalanan kehidupan dan akan dialami oleh setiap orang, proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah, dan yang paling signifikan adalah mengalami kemunduran terutama dibidang kemampuan fisik, berkurangnya kemampuan fisik ini dapat berpengaruh terhadap pemenuhan personal hygiene seseorang.

Personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Abdul Muhith, 2016). Pemeliharaan *personal hygiene* berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya. Seseorang dikatakan memiliki *personal hygiene* baik, apabila orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, gigi dan mulut, rambut, mata, hidung, dan telinga, kaki dan kuku, genitalia, serta kebersihan dan kerapihan pakaiannya (Yuliana Rakhmawati, 2015). Dengan personal hygiene yang baik dapat meminimalkan pintu masuk (portal of entry) mikroorganisme yang ada dimana-mana dan akhirnya mencegah seseorang terkena penyakit (Saryono dan Anggriyana Tri Widiyanti, 2011)

Dampak yang ditimbulkan karena kurangnya personal hygiene diantaranya adalah dampak fisik dan psikososial, dampak fisik yaitu banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak terpeliharanya kebersihan perorangan dengan baik. Gangguan fisik yang sering terjadi adalah: gangguan integritas kulit, gangguan membrane mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku. Dan gangguan psikososial seperti gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, aktualisasi diri menurun, dan gangguan dalam interaksi social (Laily Isro'in dan Sulisty Andarmoyo, 2012)

Personal hygiene lansia sangat dipengaruhi oleh beberapa factor, salah satunya adalah pengetahuan. Pengetahuan tentang pentingnya hygiene dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik hygiene, pengetahuan itu sendiri tidak cukup tetapi harus termotivasi untuk memelihara perawatan diri (Muchlisin Riadi, 2020). Kurangnya pengetahuan dan informasi tentang pentingnya personal hygiene membuat lansia tidak terlalu memikirkan dampak yang akan ditimbulkan dari personal hygiene pada lansia. Sehingga dengan diberikan edukasi (konseling) terkait personal hygiene dapat meningkatkan suatu pengetahuan pada lansia tentang pentingnya menjaga dan merawat kebersihan diri.

2 Metode

Berisi Sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan, tim melakukan koordinasi dengan pihak asrama An-Nafi'iyah Pondok Pesantren Nurul Jadid Karanganyar Paiton dan perangkat desa Karanganyar Paiton bahwa pada tanggal tim akan melakukan konseling personal hygiene.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dikemas dalam bentuk konseling tentang personal hygiene pada lansia, alat dan sarana dalam kegiatan ini adalah audiovisual berupa media video (AVA atau Audio Visual Aids). Media audio visual aids (AVA) adalah kombinasi antara gambar dan suara. Sehingga dapat kami simpulkan bahwa media audio visual yaitu benda yang dapat dimanipulasikan, dilihat, didengar, dibaca, atau dibicarakan beserta instrumen yang dipergunakan dengan baik dalam kegiatan belajar mengajar, dapat mempengaruhi efektifitas, program instruksional. Atau AVA yaitu alat bantu yang mengkombinasikan antara gambar dan suara (Afhie, 2011).

Konseling personal hygiene dilakukan dengan cara memutar video tentang personal hygiene, Materi yang disampaikan meliputi : menjaga kebersihan badan dengan cara mandi 2 kali sehari (pagi dan sore), menjaga kebersihan rambut dengan keramas minimal 2 kali dalam seminggu, memangkas rambut jika terlihat panjang, menjaga kebersihan kuku dengan memotongnya minimal 3 minggu sekali, menggosok gigi 2 kali sehari untuk menjaga kebersihan rongga mulut dengan menggunakan pasta gigi berflouride dan lakukan pemeriksaan secara rutin, menjaga kebersihan pakaian dengan menggantinya 2 kali.

3 Hasil dan Pembahasan

Kegiatan konseling dengan materi personal hygiene ini dilaksanakan pada hari kamis tanggal 10 februari 2021, dan berlangsung kurang lebih 60 menit yang disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat. Kegiatan dilakukan di dua tempat mengingat saat ini terjadi wabah Covid19 sehingga mengharuskan pembagian kegiatan menjadi dua tempat, yaitu dilokasi asrama An-Nafi'iyah dan dusun grinting Desa Karanganyar Paiton Probolinggo.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan konseling personal hygiene pada lansia di Wilayah Pesantren Nurul Jadid Karanganyar Paiton Probolinggo ini berjalan sesuai yang diharapkan, dengan adanya kehadiran

lansia dalam mengikuti kegiatan konseling personal hygiene ini dan mereka sangat antusias saat diberikan kesempatan untuk bertanya serta mereka sangat berterima kasih karena telah diberikan ilmu yang bermanfaat bagi mereka dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Tim melakukan presentasi presentasi di Asrama An-Nafi'iyah



Gambar 2. Melakukan tanya jawab di Asrama An-Nafi'iyah



Gambar 3. Konseling di Asrama An-Nafi'iyah



Gambar 4. Konseling di Dusun Gerinting

Personal hygiene suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Pemenuhan personal hygiene diperlukan untuk kenyamanan individu, keamanan, dan kesehatan (Tarwoto dan Wartolah, 2011). Kemampuan lansia dalam melakukan pemenuhan perawatan diri sangat dipengaruhi oleh kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-harinya. Lansia dengan personal hygiene yang baik lebih dapat diterima di masyarakat dibandingkan dengan lansia yang memiliki personal hygiene yang kurang baik. Lansia dengan personal hygiene yang baikpun menurunkan resiko untuk terjadi penyakit infeksi (Mujib Hannan, 2017).

Pengetahuan tentang personal hygiene sangat penting karena pengetahuan yang baik akan mempengaruhi tingkat kesehatan seseorang, untuk itu diperlukannya konseling tentang personal hygiene pada lansia. Hal ini sejalan dengan (Hardono & Wisnu Prabowo Wijayanto, 2019), dimana lansia dengan pengetahuan kurang baik akan berisiko sebesar 6,300 kali untuk melakukan personal hygiene kurang baik.

Dalam pengabdian bisa dilihat bawah kesadaran menjaga kebersihan pribadi pada lansia dipengaruhi oleh factor pengetahuan, dimana kebanyakan lansia yang mengikuti kegiatan ini sangat berterima kasih kepada Tim karena telah memberikan ilmu mengenai personal hygiene. Dengan begitu, konseling mengenai personal hygiene pada lansia ini sangat bermanfaat dan diharapkan adanya perubahan perilaku sehat dan bersih pada lansia sehat.

4 Kesimpulan

Konseling Personal Hygiene pada Lansia di Wilayah Pesantren Nurul Jadid Karanganyar Paiton Probolinggo berjalan dengan baik dan lancar. Mereka senang mendapatkan informasi mengenai cara mengelola kebersihan pribadi/ personal hygiene. Perilaku hidup sehat dan bersih memang perlu disosialisasikan terus menerus karena kebersihan adalah pangkal kesehatan dan lansia rentan terhadap berbagai penyakit yang berawal dari ketidakbersihan badan.

5 Pengakuan

Kami ucapkan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang turut terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat. Terutama kepada para masyarakat yang telah berkenan untuk mengikuti konseling Personal Hygiene dan kepada tim yang telah membantu mensukseskan kegiatan ini.

6 Referensi

- Abdul Muhith, S. S. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Afhie. (2011, Desember 25). *pengembangan-media-audio-visual-aid-ava*. Retrieved from pengembangan media audio visual aid ava.: <http://afhie-cirebon.blogspot.com/>
- Andarmoyo, S., & Isro'in, L. (2012). *Personal Hygiene : Konsep, Proses dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu .
- Hannan, M. P. (2018). HUBUNGAN PERAWATAN KELUARGA DENGAN PERSONAL HYGIENE PADA LANSIA DI DUSUN ASEM NUNGGAL DESA KALIANGET BARAT KECAMATAN KALIANGET. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 1.
- Hardono, S. T. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemenuhan Personal Hygiene Pada Lansia. *WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE*, 29-40.

persepsi-pengertian-proses-jenis-dan-faktor-yang-mempengaruhi. (2020, Mei 08). Retrieved from persepsi pengertian proses jenis dan faktor yang mempengaruhi: <https://www.kajianpustaka.com/2020/05/persepsi-pengertian-proses-jenis-dan-faktor-yang-mempengaruhi.html>

Rakhmawati, Y. (2014, Oktober 27). *pentingnya-personal-hygiene.* Retrieved from pentingya personal hygiene: <https://www.kompasiana.com/yulianarakhmawati/54f94e87a3331176178b4b14/pentingnya-personal-hygiene>

Shofia Rhosma, D. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik (1 ed.).* . Yogyakarta: Deepublish CV Budi Utama.

Tarwoto, W. (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia & Proses Keperawatan (ed. 3).* Jakarta: Salemba Medika.

Wahjudi, N. (2012). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik.* Jakarta: EGC.

Widianti., S. d. (2011). *Catatan Kuliah Kebutuhan Dasar Manusia (KDM).* . Yogyakarta: Nuha Medika.