



EDUKASI PERSONAL HYGIENE MASA NEW NORMAL PADA REMAJA DI MTS YPPU KARIMUNTING

**(Personal Hygiene Education In The New Normal For Teenager
at MTS YPPU Karimunting)**

Umi Fania Julianti¹, Dayang Fitri², Lia Firnanda³, Karlina⁴, Kristina Windri Eka⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Singkawang
Singkawang, Indonesia

e-mail : faniaumi4@gmail.com

Received : Oktober, 2022

Accepted : November, 2022

Published : November, 2022

ABSTRAK

Sekolah merupakan salah satu fasilitas yang remaja untuk mendapatkan informasi untuk meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan selain bimbingan orang tua di rumah selama masa pandemi. Kurangnya pengetahuan remaja dalam menjaga personal hygiene untuk menghadapi kasus Covid 19 dapat dilakukan melalui tindakan pencegahan pada masa new normal. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah untuk meningkatkan pemahaman remaja dalam menjaga personal hygiene. Metode kegiatan ini dilakukan dengan penyuluhan dan praktik dalam menjaga personal hygiene secara daring dengan media aplikasi zoom meeting dengan melibatkan siswa siswi MTS YPPU Karimunting. Hasil pre test menunjukkan bahwa sebesar 50% responden berpengetahuan cukup dan sebesar 50% responden berpengetahuan kurang. Hasil post test menunjukkan sebesar 75% responden berpengetahuan baik dan sebesar 25% responden berpengetahuan cukup. Terdapat peningkatan pengetahuan dari siswa siswi setelah dilakukan edukasi. Peningkatan pengetahuan siswa siswi diharapkan dapat mempraktikkan perilaku dalam menjaga personal hygiene dengan baik sebagai langkah awal tindakan pencegahan agar dapat terhindar dari berbagai penyakit

Kata kunci : edukasi, personal hygiene, remaja

ABSTRACT

School is youth facilities for get information for increase knowledge related health besides parental guidance at home during time pandemic . Lack of knowledge teenager in maintain personal hygiene for case Covid 19 can conducted through action prevention on the new normal. Destination activity devotion to public is for increase understanding teenager in maintain personal hygiene. Method activity this conducted with with counseling and practice in take care of personal hygiene online with involve student MTS YPPU Karimunting student . Results pretest show that by 50% of respondents knowledge able enough and by 50% of respondents knowledgeable less . Whereas results posttest show by 75% respondents knowledgeable good and by 25% of respondents knowledgeable enough. There is enhancement knowledge from student after conducted education. Enhancement knowledge student expected could practice behavior in take care of personal hygiene with good as step beginning action prevention in order to avoid from various disease

Keywords : education, personal hygiene, teenager

PENDAHULUAN

Wabah *Coronavirus Disease* (Covid-19) yang terjadi di China telah menjadi pandemi baru karena menyebar di 27 negara. Peningkatan kasus Covid-19 tergolong sangat cepat dan signifikan. WHO (*World Health Organization*) menilai risiko terjadinya penularan Covid-19 pada tingkat global sudah masuk dalam kategori tinggi sehingga memerlukan respons Internasional yang terkoordinasi dan upaya antisipasi dari seluruh Negara. Kasus tersebut memberikan respon dengan adanya kesiapsiagaan Indonesia dalam menghadapi potensi penyebaran Covid-19. Kesiapsiagaan tidak hanya menyangkut SDM (Sumber Daya Manusia) melainkan juga sarana dan prasarana. Kesiapsiagaan yang dilakukan berprinsip pada penanggulangan wabah, yaitu pada fase pencegahan, deteksi, dan respons. Sangat diperlukan kerja sama lintas sektor, baik dengan kementerian/lembaga terkait maupun pemerintah daerah (Suni, 2020). Salah satu aktivitas sederhana yang dilakukan dalam kesiapsiagaan masyarakat Indonesia adalah dengan menjaga personal hygiene pada diri sendiri.

Melakukan personal hygiene pada diri seseorang dilakukan dengan cara merawat kebersihan tubuh seperti kebersihan tangan, kebersihan mulut, kebersihan kepala, kebersihan mata, telinga, hidung dan genitalia. Personal hygiene yang buruk akan menyebabkan penyakit terutama penyakit yang berhubungan dengan kebersihan diri yang tidak baik. Pada keadaan yang tidak baik akan mempermudah tubuh terserang berbagai penyakit seperti penyakit kulit, penyakit infeksi maupun saluran pencernaan. Menjaga personal hygiene, tangan adalah salah satu pengantar utama masuknya kuman penyakit ke tubuh manusia. Dalam beraktivitas anak-anak akan banyak melakukan kontak langsung dengan sesamanya, permukaan benda yang terkontaminasi, makanan maupun binatang yang semuanya berpotensi menjadi sumber penyakit. Jika tidak sering mencuci tangan yang baik dan benar, tentunya dapat tertular berbagai penyakit (Puspita, 2019).

Menurut Perry dan Potter (2005), terdapat beberapa hal yang mempengaruhi suatu individu melakukan personal hygiene, yaitu sebagai berikut citra tubuh, praktik sosial, status sosio ekonomi, pengetahuan, kebudayaan, kondisi fisik dan kebiasaan hidup dengan baik. Factor-faktor tersebut dapat meningkatkan ataupun dapat menurunkan dalam melakukan personal hygiene seseorang.

Edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku untuk menjaga personal hygiene dapat diperoleh dari berbagai kegiatan. Penyuluhan kesehatan merupakan penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik belajar untuk mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sekolah dapat difungsikan secara

tepat sebagai salah satu institusi yang dapat membantu dan berperan dalam upaya optimalisasi tumbuh kembang anak usia sekolah dengan upaya menanamkan perilaku hidup sehat sehingga anak sekolah berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu untuk mempraktekan perilaku hidup sehat dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah yang sehat (Kusuhadi *et all*, 2018).

Pengetahuan tentang Covid-19 memiliki peran penting terhadap personal hygiene dalam upaya pencegahan Covid-19. Masyarakat dengan pengetahuan yang baik di harapkan dapat ikut berpartisipasi melakukan upaya pencegahan Covid-19. Pengetahuan masyarakat juga harus dibarengi dengan kesadaran agar terbentuk sebuah Tindakan (Asma *et all* 2021). Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya peningkatan kasus Covid-19 adalah dengan berperan aktif dalam menjaga personal hygiene baik di lingkungan tempat tinggal maupun di lingkungan sekolah. Selalu menjaga kebersihan tangan adalah cara sederhana namun efektif untuk mencegah infeksi (Kemenkes, 2020). Tindakan cuci tangan dengan baik dan benar merupakan salah satu aktivitas yang dapat dilakukan setiap saat dalam menjaga personal hygiene pada semua kalangan umur sehingga sangat penting untuk dipahami dan dilakukan dengan benar upaya untuk mencegah terjadinya Covid-19 pada masa new normal.

Remaja adalah individu yang melakukan banyak aktivitas di luar rumah karena salah satu bentuk dari proses adaptasi dengan lingkungannya. Berkaitan dengan era adaptasi new normal, remaja diperbolehkan kembali untuk melakukan aktivitas belajar disekolah dengan mengikuti protocol kesehatan yang ditentukan oleh Pemerintah. Era adaptasi new normal bukan menandakan Covid 19 telah hilang begitu saja akan tetapi masyarakat diberikan kelonggaran untuk melakukan aktivitas walaupun diluar rumah dengan memperhatikan dan melakukan tindakan pencegahan agar Covid 19 tidak tertular.

Masa pandemic dengan membiasakan pola hidup sehat dan bersih tidak hanya tanggung jawab guru saja tetapi juga tanggung jawab orang tua. Pembiasaan pola hidup sehat dan bersih sangat cocok diterapkan sejak dini terlebih pada masa pandemic Covid 19 saat ini (Safitri, 2021). Salah satu bagian penting dari hidup sehat adalah menjaga kesehatan diri dan lingkungan sekitar. Apalagi kebersihan diri dan lingkungan memiliki hubungan yang erat karena terkait dengan aktivitas dan rutinitas (Irawan, 2019). Menjaga personal hygiene yang baik adalah salah satu aktivitas yang dilakukan remaja setiap waktu sehingga sangat penting untuk dipahami dan dilakukan dalam aktivitas sehari-hari.

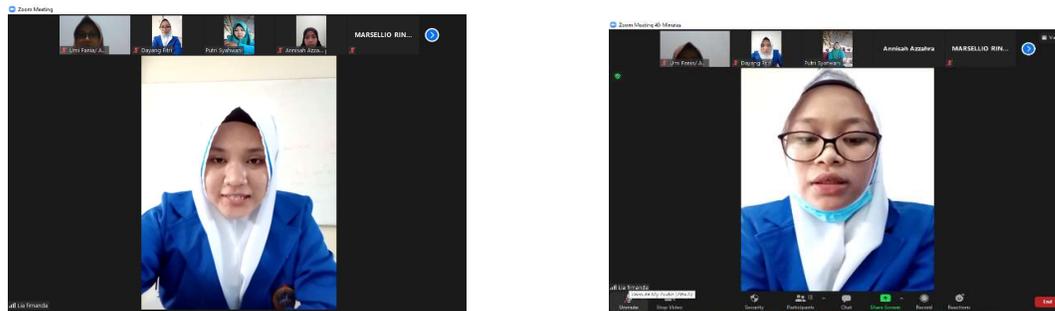
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja dalam menjaga personal hygiene dan dapat mempraktikkan cuci tangan yang baik dan benar dalam aktivitas sehari-hari.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan praktik cuci tangan yang dilaksanakan secara daring menggunakan aplikasi *zoom meeting* pada YPPU MTS Karimunting pada tanggal 26 Januari dan 4 Februari 2021. Sasaran kegiatan ini adalah siswa-siswi YPPU MTS Karimunting yang berjumlah 20 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri atas 2 tahap kegiatan. Tahap I dilakukan pretest pengetahuan siswa siswa dalam menjaga personal hygiene. Tahap ini juga dilakukan penyampaian materi tentang personal hygiene dan tanya jawab. Kegiatan terakhir dari tahap ini dilakukan post test tentang personal hygiene. Tahap II dilakukan praktik mencuci tangan dan diskusi bersama dengan siswa-siswi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tanggal 26 Januari 2021 yang diikuti oleh 20 siswa-siswi YPPU MTS Karimunting secara daring. Kuesioner pretest dibagikan secara daring dilakukan sebelum dilakukan penyuluhan dan dijelaskan terlebih dahulu mengenai tatacara pengisian kuesioner pretest. Pemberian pretest dilakukan untuk mengukur pengetahuan awal siswa siswi tentang menjaga personal hygiene. Kegiatan selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai menjaga personal hygiene pada masa new normal. Penyampaian materi dilakukan secara daring dengan menggunakan aplikasi *zoom meeting*, materi ditampilkan dengan jelas disertai dengan gambar yang mendukung dalam penyampaian materi sehingga siswa siswi antusias berinteraksi dalam kegiatan tersebut. Akhir kegiatan tahap I dengan tanya jawab dengan siswi siswi serta membagi kuesioner posttest materi menjaga personal hygiene.



Gambar 1. Edukasi Personal Hygiene dengan *Zoom Meeting*

Adapun hasil pre test pengetahuan siswa siswi tentang personal hygiens adalah sebagai berikut:

Diagram 1. Hasil Kuesioner Pengetahuan PreTest

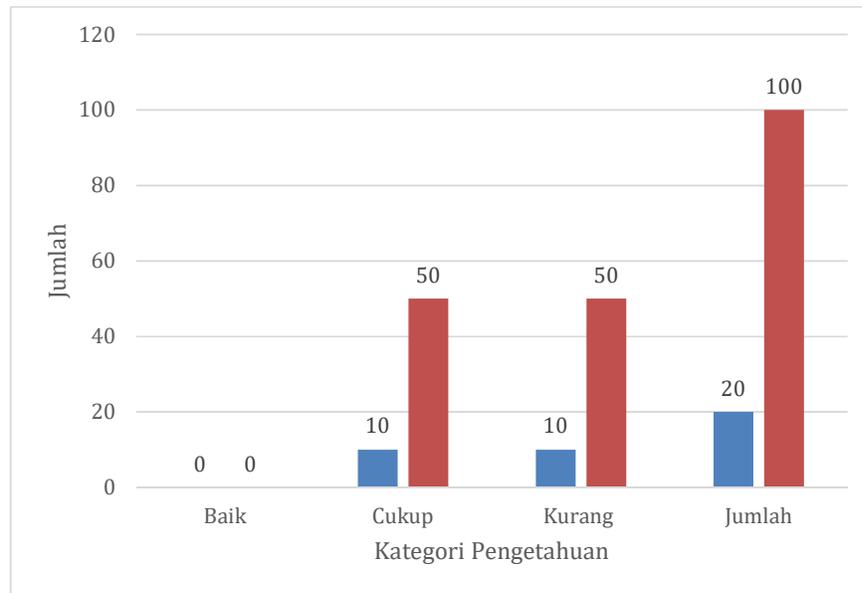
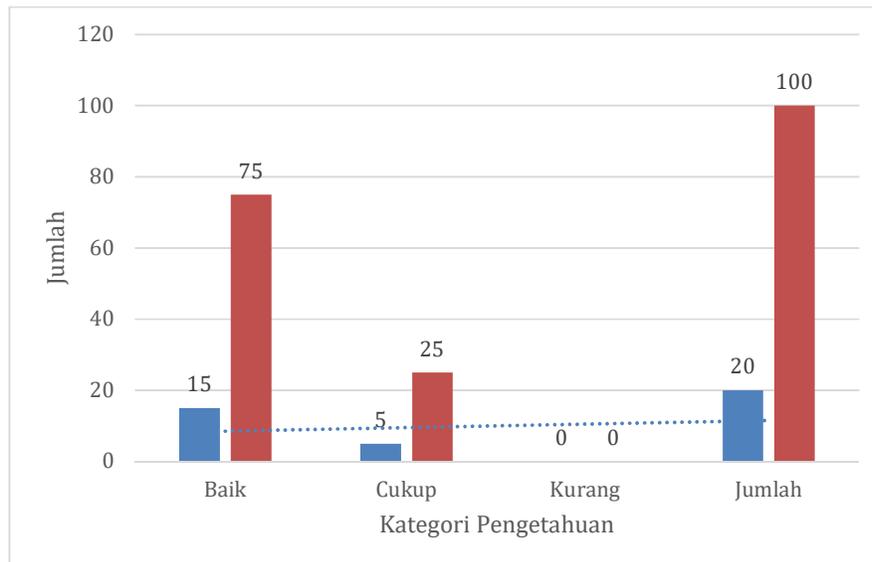
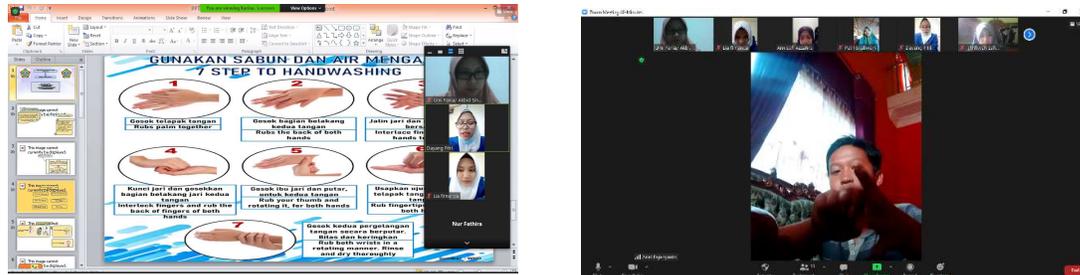


Diagram 2. Hasil Kuesioner Pengetahuan PostTest



Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahap II dilakukan pada tanggal 4 Februari 2021 yang dilakukan secara daring dengan 20 siswa siswi. Kegiatan ditahap ini dimulai dengan penjelasan materi tentang mencuci tangan dengan baik dan benar dan disertai dengan video tentang mencuci tangan 7 langkah. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan melatih keterampilan siswa siswi untuk melakukan mencuci tangan dengan benar baik itu dilakukan di lingkungan tempat tinggal bahkan sampai ke lingkungan sekolah karena pada saat ini siswa siswi masuk sekolah secara tatap muka setelah pasca pandemic selama 2 tahun terakhir. Pada

kegiatan tahap ini juga satu per satu siswa siswi mempraktikkan cara mencuci tangan dengan baik dan benar secara daring. Hasil kegiatan praktik 80% siswa siswi mampu mempraktikkan cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Tahap terakhir kegiatan ini dengan memberikan paket sabun dan bak cuci tangan serta poster cuci tangan ke MTS YPPU Kartimunting agar dapat dijadikan pedoman siswa siswi dalam mempraktikkan cuci tangan dengan benar di MTS YPPU Karimunting



Gambar 2. Praktik Melakukan Cuci Tangan dengan Zoom Meeting

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan secara daring kepada siswa siswi di YPPU MTS Karimunting berjumlah 20 orang terlaksana dengan baik. Pemberian materi melalui edukasi memberikan pengaruh terhadap pengetahuan dan keterampilan siswa siswi. Kegiatan edukasi ini dapat ditingkatkan secara luring sampai kemasyarakat luas agar dapat dipraktikkan di lingkungan dengan baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanina, RA *et all.* 2021. Analisis Tingkat Pengetahuan Terhadap Personal Higiene Dalam Pencegahan Covid-19 di RW II Desa Kedusan Kecamatan Wirosari Kabupaten Grobongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* Volume 9 No.3. e-ISSN:2356-3346.426-432.
- Irwan, A *et all.* 2019. Kebersihan Diri Melalui Program Cuci Tangan Sebagai Bentuk Kesadaran Siswa Hidup Sehat di SDN Inti 11 Banjarmasin. *Jurnal Impact : Implementation and Action.* Volume 1 No.2:138-145.
- Kasuhadi, OA *et all.* Pengaruh Penyuluhan Kebersihan Tangan (Hand Higiene) Terhadap Perilaku Siswa SD GMIM 76 Maliambo Kecamatan Likupan Barat Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Kesmas* Vol 7 No.5, 2018.
- Kemenkes. 2020. Panduan Cuci Tangan Dengan Sabun. Jakarta

- Safitri, HI dan Harun. 2021. Membiasakan Hidup Sehat Dan Bersih Pada Anak Usia Dini Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume 5 Issue 1 ISSN :2549-8959:385-394.
- Suni, NSP. 2020. Bidang Kesejahteraan Sosial Kesiapsiagaan Indonesia Menghadapi Potensi Penyebaran *Corona Virus Disease*. Vol.XII, No.3/I/Puslit/Februari/2020
- Puspita, D. 2019. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan “Transformasi Bidang Kesehatan di Era Industri 4.0” Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. ISBN : 978-602-5881-60-2
- Potter A , Perry A G. 2005. *Fundamental Keperawatan Konsep, Proses Dan Praktek*. Jakarta : Buku Kedokteran ECG