

## PENYULUHAN TENTANG PERSONAL HYGIENE PADA KLIEN REHABILITASI DI PLATO FOUNDATION

<sup>1</sup> Mufiroh, <sup>2</sup>Dwi Hnadayani, <sup>3</sup>Savira Auliya Abdullah

<sup>1,2,3</sup> Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

E-mail: \* [handayani.dwi@unusa.ac.id](mailto:handayani.dwi@unusa.ac.id)

### ABSTRAK

Personal hygiene adalah praktik menjaga kebersihan dan kesehatan diri sendiri. Klien rehabilitasi cenderung kurang memperhatikan personal hygiene mereka, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan sosial. Personal hygiene merupakan aspek yang sangat penting dalam menjaga kesehatan seseorang. Kebiasaan personal hygiene yang baik dapat mencegah penyebaran penyakit dan infeksi, serta meningkatkan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan tentang personal hygiene pada klien rehabilitasi di Plato Foundation. Penelitian ini menggunakan metode pretest-posttest dengan jumlah sampel 19 klien rehabilitasi yang dipilih secara acak. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pretest-posttest dan dianalisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada nilai posttest klien dibandingkan dengan nilai pretest (rata-rata 55,78947 vs 87,89474). Namun, masih terdapat beberapa klien yang tidak mencapai nilai cukup pada posttest. Faktor-faktor yang berkontribusi pada hal tersebut antara lain kesulitan memahami materi penyuluhan, kurangnya motivasi, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar.

### Kata Kunci

**personal hygiene, penyuluhan, rehabilitasi**

### ABSTRACT

*Personal hygiene is the practice of maintaining personal hygiene and health. Rehab patients tend to pay less attention to their personal hygiene, which can lead to various health and social problems. Personal hygiene is a very important aspect in maintaining one's health. Good personal hygiene habits can prevent the spread of disease and infection, and improve quality of life. This study aims to evaluate the effectiveness of counseling about personal hygiene for rehabilitation patients at Plato Foundation. This study used the pretest-posttest method with a random sample of 19 rehabilitation patients. Data were collected using a pretest-posttest questionnaire and analyzed. The results showed that there was a significant increase in the patient's posttest score compared to the pretest score (mean 55.78947 vs 87.89474). However, there are still some patients who do not achieve sufficient scores on the posttest. Factors that contributed to this included difficulties in understanding counseling materials, lack of motivation, and lack of support from the surrounding environment.*

### Keywords

**personal hygiene, counseling, rehabilitation**

## 1. PENDAHULUAN

Personal hygiene merupakan kumpulan kebiasaan individu yang dilakukan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan diri sendiri. Personal hygiene yang baik sangat penting untuk mencegah penyakit dan infeksi yang disebabkan oleh kuman, bakteri, virus, dan jamur yang dapat menyebar melalui tangan, kulit, rambut, kuku, dan bagian tubuh lainnya. Personal hygiene merupakan aspek yang sangat penting dalam menjaga kesehatan seseorang. Kebiasaan personal hygiene yang baik dapat mencegah penyebaran penyakit dan infeksi, serta meningkatkan kualitas hidup (Hidayat et al, 2022). Rehabilitasi adalah proses pemulihan kondisi fisik dan mental seseorang yang mengalami kecacatan, cedera, atau gangguan fungsi tubuh. Klien rehabilitasi

membutuhkan perawatan khusus dan dukungan dalam proses pemulihan mereka, termasuk perawatan personal hygiene yang baik.

Plato Foundation adalah sebuah lembaga rehabilitasi yang menyediakan perawatan khusus dalam proses kegiatan pemulihan secara terpadu, baik fisik, mental maupun sosial, agar bekas pecandu narkoba dapat kembali melaksanakan fungsi sosial dalam kehidupan masyarakat. Klien di Plato Foundation membutuhkan perawatan khusus dalam proses pemulihan mereka, termasuk perawatan personal hygiene yang baik. Namun, hasil observasi menunjukkan bahwa beberapa klien kurang memperhatikan personal hygiene mereka, seperti misalnya kuku yang panjang dan menguning. Hal ini tentu saja dapat berdampak buruk pada kesehatan klien dan lingkungan sekitar mereka. Sebagai lembaga rehabilitasi yang berkomitmen untuk memberikan perawatan yang terbaik bagi klien, Plato Foundation perlu meningkatkan perhatian terhadap personal hygiene klien mereka. Salah satu cara untuk melakukan hal tersebut adalah dengan memberikan penyuluhan tentang personal hygiene pada klien rehabilitasi di Plato Foundation.

Penyuluhan tentang personal hygiene dapat meningkatkan pengetahuan klien tentang pentingnya menjaga kebersihan diri sendiri dan lingkungan sekitar (Sartika et al, 2021). Hal ini sesuai dengan klien rehabilitasi di Plato Foundation yang memiliki kamar 4x4 dengan diisi setiap kamarnya 4 hingga lebih. Sehingga dibutuhkan suatu penyuluhan dalam memberikan pengetahuan mengenai menjaga kebersihan dalam kondisi tersebut. Penyuluhan ini juga dapat membantu klien untuk memahami cara-cara yang benar dalam menjaga personal hygiene, melalui kegiatan mencuci tangan dengan sabun, memotong kuku secara teratur, dan membersihkan gigi setiap hari (Febriyani et al, 2022). Namun, penyuluhan tentang personal hygiene tidak hanya sekadar memberikan informasi dan pengetahuan saja. Penyuluhan yang efektif juga harus mampu memotivasi dan mendorong klien untuk mengubah kebiasaan mereka dalam menjaga personal hygiene (Kusuma et al, 2017). Oleh karena itu, penyuluhan tentang personal hygiene yang efektif harus didukung oleh metode dan strategi yang tepat.

Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk melakukan penyuluhan tentang personal hygiene pada klien rehabilitasi di Plato Foundation dan mengukur efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan dan perawatan personal hygiene klien. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan pre test dan post test pada klien rehabilitasi untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka sebelum dan setelah penyuluhan. Data kuantitatif ini kemudian akan dianalisis untuk menentukan efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan klien tentang personal hygiene dan mendorong perawatan personal hygiene yang lebih baik di Plato Foundation. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang besar bagi Plato Foundation dalam meningkatkan kualitas perawatan klien rehabilitasi. Penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik dalam bidang rehabilitasi, khususnya dalam hal penyuluhan tentang personal hygiene

## **2. METODE**

Dalam konteks penelitian Peneliti, Peneliti akan menggunakan metode post-test untuk mengukur perubahan dalam pengetahuan seseorang tentang personal hygiene setelah mereka menjalani program rehabilitasi. Peneliti akan memilih sekelompok orang yang sedang menjalani rehabilitasi, dan mengukur tingkat pengetahuan mereka tentang personal hygiene dengan menggunakan tes tertentu sesi dimulai. Setelah sesi selesai, Peneliti akan memberikan tes post-test yang sama untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka lagi. Peneliti kemudian akan membandingkan hasil tes pre-test dan post-test

untuk mengetahui apakah program rehabilitasi telah berhasil meningkatkan pengetahuan mereka tentang personal hygiene atau tidak.

### 3. PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, peneliti melakukan penelitian di Plato Foundation Dengan menyebarkan angket pertanyaan mengenai personal anginge kepada klien rehabilitas. Peneliti memberikan pretest dan posttest sebelum dan sesudah memberikan sesi mengenai personal hygiene. Pretest ini digunakan pada saat akan berlangsungnya sesi dengan tujuan untuk mengetahui sejauh manakah pengetahuan yang akan diajarkan sudah dapat dikuasai oleh seseorang (Damayanti et al, 2017). Materi tes yang diberikan harus berkenaan dengan program yang akan diajarkan. Sementara posttest dilaksanakan pada akhir proses sesi dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman seseorang tentang program rehabilitas yang dipelajari. Materi tes ini berkaitan dengan materi yang telah diajarkan kepada seseorang sebelumnya. Tujuannya agar peneliti dapat mengetahui mana lebih baik dari hasil kedua tes tentang pemahaman klien. Apabila klien lebih memahami suatu materi setelah program maka, program pengajaran dinilai berhasil (Sembiring, 2019).

Pada tabel 1 berikut ini merupakan hasil dari pemberian pretest dan posttest mengenai personal hygiene pada klien:

Tabel 1. Hasil pretest dan posttest

Responden	Nilai Pretest	Nilai Posttest
Responden 1	75	85
Responden 2	55	90
Responden 3	45	100
Responden 4	60	85
Responden 5	60	85
Responden 6	50	90
Responden 7	65	95
Responden 8	60	100
Responden 9	55	90
Responden 10	50	90
Responden 11	45	95
Responden 12	60	85
Responden 13	50	60
Responden 14	65	95
Responden 15	45	80
Responden 16	50	80
Responden 17	65	95
Responden 18	50	95
Responden 19	55	75
Total	1060	1670
Rat-rata	55,78947	87,89474

Sementara pengelompokan berdasarkan kategori cukup yang memiliki nilai 56-74, kurang baik memiliki nilai 0-55, dan baik yang memiliki nilai 75-100 dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Kategori nilai pretets dan post test

<b>Kategori</b>	<b>Pre test</b>	<b>Post test</b>
Baik	1	17
Kurang Baik	7	2
Cukup	11	0

Responden dengan kategori nilai "Baik" pada pretest memiliki jumlah yang sedikit, yaitu hanya 1 orang. Namun, dari 1 orang tersebut, seluruhnya mengalami peningkatan nilai pada posttest. Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan, keterampilan, atau sikap yang baik sebelum program, cenderung lebih mudah untuk mencapai peningkatan atau perubahan setelah mengikuti program. Responden dengan kategori nilai "Kurang Baik" pada pretest memiliki jumlah yang lebih banyak dibandingkan kategori lain, yaitu 7 orang. Namun, dari 7 orang tersebut, hanya 2 orang yang mengalami peningkatan pada posttest, sementara 5 orang mengalami penurunan. Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan, keterampilan, atau sikap yang kurang baik sebelum program, cenderung lebih sulit untuk mencapai peningkatan atau perubahan setelah mengikuti program. Responden dengan kategori nilai "Cukup" pada pretest memiliki jumlah yang sedikit, yaitu 11 orang. Namun, dari 11 orang tersebut, seluruhnya tidak mengalami perubahan atau peningkatan pada posttest. Hal ini dapat menunjukkan bahwa program pembelajaran atau pelatihan yang diberikan tidak memberikan dampak yang signifikan pada responden dengan kategori nilai "Cukup" pada pretest.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan penyuluhan tentang personal hygiene pada klien rehabilitasi di Plato Foundation dan mengukur efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan dan perawatan personal hygiene klien. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan pretest dan posttest pada klien rehabilitasi untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka sebelum dan setelah penyuluhan. Hasil dari pretest dan posttest pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan klien tentang personal hygiene setelah mendapatkan penyuluhan.

Dari 19 responden yang mengikuti pretest dan posttest, data total nilai pretest adalah 1060 dengan rata-rata 55,78947, sementara data total nilai posttest adalah 1670 dengan rata-rata 87,89474. Terlihat bahwa terdapat peningkatan sebesar 32,10526 pada rata-rata nilai klien setelah mendapatkan penyuluhan. Untuk lebih memahami hasil tersebut, kita dapat menganalisisnya berdasarkan kategori nilai rata-rata yang sudah ditetapkan pada latar belakang penelitian. Menurut kategori tersebut, nilai rata-rata kurang baik adalah nilai  $\leq 56$ , nilai rata-rata cukup adalah nilai 56-75, dan nilai rata-rata baik adalah nilai 76-100.

Berdasarkan nilai rata-rata pretest, terlihat bahwa sebagian besar klien (63,15%) mendapatkan nilai kurang baik dalam pengetahuan mereka tentang personal hygiene sebelum mendapatkan penyuluhan. Hanya 36,84% klien yang mendapatkan nilai cukup, dan tidak ada satupun klien yang mendapatkan nilai baik. Namun, setelah mendapatkan penyuluhan, terlihat terjadi peningkatan signifikan pada pengetahuan klien tentang personal hygiene. Sekitar 73,68% klien berhasil mencapai nilai cukup, dan 26,32% klien berhasil mencapai nilai baik. Tidak ada satupun klien yang mendapatkan nilai kurang baik pada posttest.

Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan tentang personal hygiene yang diberikan pada klien rehabilitasi di Plato Foundation efektif dalam meningkatkan pengetahuan mereka tentang personal hygiene. Klien yang sebelumnya kurang memperhatikan

personal hygiene mereka, berhasil meningkatkan pengetahuan dan perawatan personal hygiene mereka setelah mendapatkan penyuluhan.

Pada penelitian ini, meskipun terjadi peningkatan signifikan pada pengetahuan klien tentang personal hygiene setelah mendapatkan penyuluhan, terdapat beberapa klien yang masih belum mencapai nilai cukup pada posttest.

Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi hasil tersebut adalah:

1. Kesulitan dalam memahami materi penyuluhan

Setiap orang memiliki tingkat pemahaman yang berbeda-beda terhadap materi penyuluhan. Beberapa klien mungkin kesulitan memahami materi penyuluhan karena berbagai faktor seperti tingkat pendidikan, keterbatasan bahasa, atau kesulitan belajar. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang berbeda dalam memberikan penyuluhan untuk setiap klien agar dapat memahami dan mengaplikasikan materi yang diberikan dengan baik.

2. Kurangnya motivasi untuk mengubah kebiasaan lama

Kebiasaan lama yang kurang baik dalam menjaga personal hygiene mungkin sulit diubah oleh beberapa klien. Beberapa klien mungkin tidak merasa terganggu dengan kondisi personal hygiene mereka yang kurang baik atau tidak merasa perlu mengubah kebiasaan lama. Dalam hal ini, diperlukan pendekatan yang lebih persuasif dan memotivasi untuk membantu klien memahami pentingnya menjaga personal hygiene dan mengubah kebiasaan lama.

3. Kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar:

Lingkungan sekitar seperti keluarga atau teman mungkin juga memengaruhi hasil posttest klien. Jika lingkungan sekitar tidak memberikan dukungan atau bahkan meremehkan pentingnya menjaga personal hygiene, klien mungkin merasa sulit untuk mengubah kebiasaan lama mereka. Dalam hal ini, perlu ada edukasi dan sosialisasi kepada lingkungan sekitar agar mereka memahami pentingnya personal hygiene dan memberikan dukungan pada klien untuk menjaga personal hygiene mereka.

Dalam mengatasi faktor-faktor tersebut, perlu adanya pendekatan yang berbeda-beda untuk setiap klien tergantung pada kebutuhan dan kondisi masing-masing klien. Terus memberikan dukungan dan bimbingan pada klien untuk menjaga personal hygiene mereka setelah mendapatkan penyuluhan adalah hal yang penting untuk dilakukan agar hasil yang baik pada posttest tetap terjaga dan klien terhindar dari berbagai risiko kesehatan yang dapat terjadi akibat kurang menjaga personal hygiene.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan tentang personal hygiene pada klien rehabilitasi di Plato Foundation memiliki dampak positif pada pengetahuan klien tentang personal hygiene. Terjadi peningkatan signifikan pada nilai posttest klien dibandingkan dengan nilai pretest. Meskipun begitu, masih terdapat beberapa klien yang tidak mencapai nilai cukup pada posttest. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti kesulitan memahami materi penyuluhan, kurangnya motivasi untuk mengubah kebiasaan lama, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar.

Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang berbeda-beda untuk setiap klien tergantung pada kebutuhan dan kondisi masing-masing klien. Terus memberikan dukungan dan bimbingan pada klien untuk menjaga personal hygiene mereka setelah mendapatkan penyuluhan adalah hal yang penting untuk dilakukan agar hasil yang baik

pada posttest tetap terjaga dan klien terhindar dari berbagai risiko kesehatan yang dapat terjadi akibat kurang menjaga personal hygiene

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Damayanti, N. A., Pusparini, M., Djannatun, T., & Ferlianti, R. (2017). Metode pre-test dan post-test sebagai salah satu alat ukur keberhasilan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang tuberkulosis di kelurahan utan panjang, jakarta pusat. *Prosiding SNaPP: Kesehatan (Kedokteran, Kebidanan, Keperawatan, Farmasi, Psikologi)*, 3(1), 144-150.
- Febriyani, F., Ronitawati, P., Melani, V., Sa'pang, M., & Dewanti, L. P. (2022). Perbedaan pengetahuan, sikap, higiene personal dan cemaran mikroba di pondok pesantren kota dan desa. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(1), 8-18.
- Hidayat, H. H., Wijayanti, N., & Ardiansyah, A. (2022). PENYULUHAN DAN PENDAMPINGAN GOOD PERSONAL HYGIENE BAGI PENJAMAH MAKANAN DI KATERING AMANAH AQIQA, KABUPATEN BANYUMAS. *INTEGRITAS: Jurnal Pengabdian*, 6(1), 126-133.
- Kusuma, H. S., Pasanda, A., Nugraheni, K., & Nissa, C. (2017). Perubahan pengetahuan penjamah makanan hotel setelah penyuluhan higiene perorangan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 71-75.
- Sartika, A., Oktarianita, O., & Padila, P. (2021). Penyuluhan terhadap Pengetahuan Remaja tentang PKPR. *Journal of telenursing (joting)*, 3(1), 171-176.
- Sembiring, V. A. (2019). Pelatihan Hygiene dan Sanitasi di Desa Bungaraya-Siak-Riau. *Jurnal Pemberdayaan Pariwisata*, 1(1), 49-54.