

# GAMBARAN PERSONAL HYGIENE LANSIA DI PUSAT PELAYANAN ORANGTUA SEJAHTERA (PPOS) GBKP DESA SUKAMAKMURKECAMATAN SIBOLANGIT

Oleh :

Rosita Saragih <sup>1)</sup>

Pretty Lestari Tampubolon <sup>2)</sup>

Rema April Yani Hura <sup>3)</sup>

Universitas Darma Agung <sup>1,2,3)</sup>

E-mail:

[rositasaragih04@gmail.com](mailto:rositasaragih04@gmail.com) <sup>1)</sup>

[pretty23i@gmail.com](mailto:pretty23i@gmail.com) <sup>2)</sup>

[rema.ay.hura@gmail.com](mailto:rema.ay.hura@gmail.com) <sup>3)</sup>

## ABSTRACT

Personal hygiene is a basic need which includes skin care, bathing, hair care, eye, nose, ear care, as well as foot and nail care. Fulfilling the need for good personal hygiene means the elderly have a low risk of experiencing skin infections. The aim of this research is to determine the description of personal hygiene among the elderly at PPOS GBKP Sukamakmur Village, Sibolangit District. The design of this research is descriptive. The population in the study was all 34 elderly people at PPOS GBKP Sukamakmur and were also used as samples using total sampling techniques. The research instrument used a questionnaire containing 30 statements. Data is presented in the form of a frequency distribution. The questionnaire is used as a guide when interviewing and observing. Characteristics of the majority of respondents aged 71-80 years (38.2%), female (64.7%) with elementary school education (41.2%), the results obtained were that the majority of the description of Personal Hygiene in the elderly was in the good category with 30 respondents (88.2%). The importance of personal hygiene as an action to maintain cleanliness and health can improve the physical and psychological well-being of the elderly. The majority of personal hygiene for the elderly at PPOS GBKP is in the good category, this is supported by the nurses and employees who help the elderly in fulfilling personal hygiene for the elderly. It is hoped that nurses and employees will maintain the implementation of personal hygiene for the elderly and even improve it. For families to pay attention to and fulfill the needs of the elderly, starting from fulfilling material needs and other needs.

**Keywords: Elderly, Personal hygiene, Health, PPOS GBKP**

## ABSTRAK

Kebersihan perorangan atau personal hygiene ialah kebutuhan esensial yang mencakup perawatan pada kulit, perawatan rambut, perawatan mata, hidung, telinga, serta perawatan kaki dan kuku. Terpenuhinya kebutuhan personal hygiene yang baik bagi lansia akan memiliki resiko rendah untuk mengalami penyakit infeksi pada kulit. Tujuan Riset ini untuk mengetahui gambaran personal hygiene pada lansia di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit. Desain Riset ini yaitu *deskriptif*. Populasi dalam Riset yaitu seluruh lansia di PPOS GBKP Sukamakmur sebanyak 34 lansia dan sekaligus dijadikan sampel dengan menggunakan tehnik *total sampling*. Instrumen dalam Riset menggunakan kuesioner yang berisi 30 pernyataan. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Kuesioner dijadikan panduan pada saat wawancara dan mengobservasi. Karakteristik responden mayoritas berusia 71-80 tahun (38,2%), berjenis kelamin wanita (64,7%) berpendidikan SD (41,2%), hasil yang diperoleh

bahwa gambaran Personal Hygiene pada lansia mayoritas kategori baik sebanyak 30 responden (88,2%). Pentingnya personal hygiene sebagai suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan dapat meningkatkan kesejahteraan fisik maupun psikis lansia. Personal hygiene pada lansia di PPOS GBKP mayoritas kategori baik, hal ini didukung oleh para perawat dan pegawai yang membantu para lansia dalam pemenuhan personal hygiene lansia, diharapkan kepada perawat dan pegawai supaya pelaksanaan personal hygiene pada lansia di pertahankan bahkan di tingkatkan. Bagi keluarga supaya memperhatikan dan memenuhi kebutuhan lansia mulai dari pemenuhan kebutuhan materi maupun kebutuhann lainnya.

**Kata Kunci : Lansia, Personal Hygiene, Kesehatan, Ppos GBKP.**

## 1. PENDAHULUAN

Proses penuaan ialah suatu perubahan alami yang tak dapat dihindari yang terjadi secara berkelanjutan dalam tubuh. Penuaan ditandai oleh kemunduran biologis yang tercermin dalam gejala-gejala seperti kulit mengendur, kerutan kulit, perubahan warna rambut menjadi abu-abu, hilangnya gigi, penurunan pendengaran dan penglihatan, rasa mudah lelah, pergerakan yang melambat, serta penumpukan lemak terutama di perut dan panggul. Selain itu, penuaan juga memengaruhi orientasi terhadap waktu, ruang, tempat, dan kesulitan dalam menerima hal baru (Sofian, dkk. 2020).

Salah satu cara untuk meningkatkan, mempertahankan, dan mengoptimalkan kesehatan pada usia lanjut ialah dengan menjaga kebersihan diri, yang disebut juga sebagai personal hygiene. Personal hygiene memiliki dampak besar pada kenyamanan, keamanan, dan kesejahteraan individu. Orang dengan hambatan fisik memerlukan perawatan khusus dalam menjaga personal hygiene mereka. Ketidakcukupan personal hygiene dapat berdampak negatif pada kesehatan, dan salah satu dampaknya ialah kurangnya perawatan personal hygiene yang baik (Karina, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), jumlah populasi lanjut usia di atas 60 tahun diperkirakan akan meningkat hingga tiga kali lipat pada tahun 2050. Data proyeksi penduduk menunjukkan bahwa

jumlah lansia di Indonesia terus meningkat, dengan perkiraan mencapai 33,69 juta pada tahun 2025 dan 40,95 juta pada tahun 2030 (Kemenkes, 2019). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) juga menunjukkan pertumbuhan rasio ketergantungan lansia di Provinsi Sumatra Utara, dengan perbandingan antara perkotaan dan perdesaan serta perbedaan jenis kelamin.

Sebuah Riset oleh Ariani, dkk (2018), yang dilakukan di Desa Suwaru, Kecamatan Pagelaran, Kabupaten Malang, menunjukkan bahwa perilaku personal hygiene lansia di wilayah tersebut berada dalam kategori cukup sebanyak 74,7%, dan kategori baik sebanyak 26,3%. Artinya, sebagian besar lansia mampu menjaga kebersihan diri dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari di desa tersebut.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2023 di PPOS GBKP Desa Sukamakmur, Kecamatan Sibolangit, terdapat beberapa lansia yang memiliki masalah dengan personal hygiene, seperti kuku yang panjang dan kotor, rambut yang tampak kusam dan berbau, serta gigi yang tampak kuning. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan Riset lebih lanjut tentang gambaran personal hygiene pada lansia di PPOS GBKP Sukamakmur.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis Riset yang digunakan ialah *deskriptif* dengan tujuan untuk

mengetahui gambaran Personal Hygiene Pada Lansia Di Pusat Pelayanan Orangtua Sejahtera (PPOS) GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit. Lokasi Riset di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit.

Populasi dalam Riset ini ialah seluruh lansia yang ada di PPOS GBKP Sukamakmur sebanyak 34 orang lansia. Sampel dalam Riset ini yaitu seluruh populasi dijadikan sampel dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*.

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Umur</b>			
1	60-70 tahun	6	17,6
2	71-80 tahun	13	38,2
3	81-90 tahun	10	29,4
4	91-100 tahun	5	14,8
<b>Jumlah</b>		<b>34</b>	<b>100,0</b>
<b>Jenis Kelamin</b>			
1	<b>Laki-Laki</b>	12	35,3
2	<b>Perempuan</b>	22	64,7
<b>Jumlah</b>		<b>34</b>	<b>100,0</b>
<b>Pendidikan</b>			
1	Tidak sekolah	3	8,8
2	SD	14	41,2
3	SMP	8	23,5
4	SMA	7	20,6
5	S-1	2	5,9
<b>Jumlah</b>		<b>34</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 2.2 dapat diketahui bahwa karakteristik responden di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit lebih banyak pada umur 71-80 tahun sebanyak 13 responden (38,22%), berjenis kelamin wanita sebanyak 22 responden (64,7%) dan berpendidikan SD sebanyak 14 responden (41,2%).

**Tabel 1.2 Gambaran Personal hygiene Pada Lansia Di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit**

No	Kategori Personal Hygiene	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	30	88,2
2	Cukup	4	11,8
<b>Jumlah</b>		<b>34</b>	<b>100,0</b>

### Analisa Data

Analisa data dalam Riset ini ialah univariat yang digunakan untuk mendeskripsikan gambaran personal hygiene pada lansia di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.1 Gambaran Personal Hygiene Pada Lansia Di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit**

No	Kategori Personal Hygiene	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	30	88,2
2	Cukup	4	11,8
<b>Jumlah</b>		<b>34</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1.2 diketahui bahwa personal hygiene pada lansia di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit, menunjukkan bahwa personal hygiene pada lansia mayoritas kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (88,2%) dan cukup yaitu sebanyak 4 responden (11,8%).

### Pembahasan

Berdasarkan hasil Riset yang telah dilakukan di PPOS GBKP, terlihat bahwa mayoritas lansia di PPOS GBKP Desa

Sukamakmur, Kecamatan Sibolangit memiliki kategori personal hygiene yang baik, dengan sebanyak 30 responden atau sekitar 88,2%. Hasil ini sejalan dengan Riset yang dilakukan oleh Yulaikhah (2019) mengenai perilaku personal hygiene pada lansia di panti werdha, di mana sekitar 62,5% lansia di panti tersebut memiliki perilaku personal hygiene yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di PPOS GBKP Sukamakmur dan panti werdha telah menjaga kesehatan diri mereka dengan baik melalui pemenuhan kebutuhan personal hygiene yang diawasi oleh petugas yang menyediakan berbagai fasilitas seperti sikat gigi, sabun, pasta gigi, perawatan kuku, air bersih, kebersihan tempat tinggal, fasilitas mandi, handuk bersih, dan lainnya.

Kondisi personal hygiene yang baik pada lansia di PPOS GBKP Sukamakmur dapat diatribusikan kepada peran perawat dan pegawai yang menjalankan tugas mereka dengan baik sesuai peran masing-masing. Perawat membantu merawat lansia dan memantau kesehatan mereka, termasuk pemenuhan kebutuhan personal hygiene. Selain itu, ada pegawai khusus yang bertanggung jawab dalam membantu lansia untuk memenuhi kebutuhan mereka. Meskipun memiliki peran berbeda, perawat dan pegawai bekerja sama untuk menjalankan tugas mereka dalam memberikan perhatian dan perawatan yang diperlukan kepada lansia sehingga lansia merasa dihargai dan diperhatikan.

Pelayanan terhadap lansia di PPOS GBKP Sukamakmur juga didukung oleh fasilitas yang tersedia di PPOS tersebut. Kondisi personal hygiene lansia juga dipengaruhi oleh karakteristik usia, di mana sebagian besar lansia berada dalam kelompok usia 71-80 tahun, sebanyak 13 responden atau sekitar 38,2%. Peningkatan usia dapat memiliki dampak komprehensif pada kondisi fisik dan biologis seseorang, termasuk kemampuan untuk menjaga

personal hygiene. Oleh karena itu, pemahaman dan dukungan dari perawat dan pegawai sangat penting.

Data juga menunjukkan bahwa mayoritas lansia di PPOS GBKP Sukamakmur memiliki tingkat pendidikan terendah, yaitu SD, dengan sebanyak 14 orang atau sekitar 41,2%. Namun, tingkat pendidikan tidak menjadi masalah dalam hal pengetahuan lansia tentang kebersihan diri, karena perawat dan pegawai secara langsung mengawasi dan memberikan pemahaman kepada lansia tentang kebersihan pribadi, kebersihan tempat tidur, makanan, dan aspek-aspek lainnya. Selain itu, mereka juga mendorong lansia untuk menjaga kebersihan sesuai dengan kemampuan mereka.

#### **4. SIMPULAN**

Dari hasil Riset tentang gambaran personal hygiene pada lansia di PPOS GBKP Desa Sukamakmur Kecamatan Sibolangit dapat disimpulkan bahwa gambaran personal hygiene pada lansia mayoritas kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (88,2%), ini menunjukkan bahwa personal hygiene pada lansia mulai dari kebersihan diri tempat tidur, toileting terpenuhi, hal ini dikarenakan adanya perawat dan pegawai yang melaksanakan kegiatan dalam membantu para lansia dalam setiap aktivitas salahsatunya pemenuhan personal hygiene pada lansia.

#### **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Profesor. Dokter. Suharsimi.(2020). Metode riset. Jakarta: Rineka Membuat.
- Azizah, Raja.(2011). Keperawatan lanjut umur. Yogyakarta: Graha Ilmi.
- Tubuh Pusat Statistik, 2020. Jumlah masyarakat lanjut usia [https: atau](https://www.bps.go.id/indikator) atau lokadata. beritagar. id atau chart

