

**KEMANDIRIAN PERSONAL HYGIENE ANAK USIA 7 - 12 TAHUN SEBELUM  
DAN SESUDAH DIBERIKAN PROMKES DI SMPN N 1 RAMBAH  
KABUPATEN ROKAN HULU**

Romy Wahyuni<sup>1</sup>, Andria<sup>2</sup>, Ermiza<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi D III Kebidanan Fakultas Kesehatan dan

Kecantikan Universitas Pasir Pengaraian

Email : [romiwahyuni170684@gmail.com](mailto:romiwahyuni170684@gmail.com), andriaupp@gmail.com,  
latifahermiza@gmail.com

**Abstrak**

Personal Hygiene personal adalah upaya seseorang yang dilakukan individu dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya baik secara fisik maupun mental. Berpenampilan bersih, harum, dan rapi merupakan dimensi yang sangat penting dalam mengukur tingkat kesejahteraan individu secara umum. Tujuan penelitian ini untuk melihat kemandirian personal hygiene pada anak usia 7 - 12 tahun sebelum dan sesudah diberikan promkes di SMP N 1 Rambah Kabupaten Rokan Hulu. Desain penelitian bersifat *penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan time series design* dengan jumlah sampel sebanyak 10 orang. Hasil penelitian ini ada perbedaan yang signifikan antara mean kemandirian anak sebelum dan sesudah diberikan Promkes ( $p=0,000$ ). Disarankan bagi mahasiswa SMP N 1 Rambah Kabupaten Rokan untuk dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai informasi untuk meningkatkan kemandirian anak dalam merawat kebersihan pada dirinya sendiri.

**Kata Kunci** : Kemandirian, Personal Higiene

**INDEPENDENCE OF PERSONAL HYGIENE CHILDREN AGE 7 - 12 YEARS  
BEFORE AND AFTER GIVING PROMOTION AT SMPN N 1  
RAMBAH ROKAN HULU DISTRICT**

**Abstract**

*Personal Hygiene personal is an individual's efforts to maintain their cleanliness and health, both physically and mentally. Look clean, fragrant, and neat are very important dimensions in measuring the level of individual welfare in general. The purpose of this study was to see the independence of personal hygiene in children aged 7-12 years before and after being given promkes at SMP N 1 Rambah, Rokan Hulu Regency. The research design is a quasi-experimental research with a time series design approach with a total sample of 10 people. The results of this study there is a significant difference between the mean of children's independence before and after being given Promkes ( $p = 0.000$ ). It is recommended for students of SMP N 1 Rambah, Rokan Regency to be able to use the results of this study as information to increase children's independence in caring for their own hygiene.*

*Keywords: Independence, Personal Hygiene*

## **PENDAHULUAN**

Tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia Sehat 2025 adalah meningkatnya kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dapat terwujud, melalui terciptanya masyarakat, bangsa dan negara Indonesia yang ditandai oleh penduduknya yang hidup dengan perilaku dan dalam lingkungan sehat, memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu, secara adil dan merata, serta memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya di seluruh wilayah Republik Indonesia. (Depkes, 2009)

Undang Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan menyatakan bahwa pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomis. (UU RI, 2009)

Untuk mewujudkan Visi Indonesia Sehat 2025 yang sejalan dengan UU Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan pada pembangunan kesehatan maka sasaran terpenting adalah pada anak selaku harapan bangsa dan negara yang mempunyai kedudukan penting dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara karena anak adalah tunas bangsa yang akan tumbuh dan berkembang menjadi bagian dari generasi. Anak yang berkualitas perlu dipersiapkan sejak dini agar dapat tumbuh dan berkembang secara wajar baik secara rohaniyah, jasmaniah maupun sosialnya, sehingga kesejahteraan anak dapat terpenuhi dan apa yang menjadi harapan keluarga, masyarakat dan bangsa dapat terwujud.

Kesejahteraan dan perlindungan anak di Indonesia telah diatur oleh berbagai kebijakan dan program, antara lain mulai dari Undang Undang Dasar 1945, dimana anak terlantar dan fakir miskin dipelihara oleh Negara. Undang Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 1979 Tentang Kesejahteraan Anak telah mengatur tentang hak anak yaitu “anak berhak atas kesejahteraan, perawatan, asuhan dan bimbingan berdasarkan kasih sayang baik dalam keluarganya maupun dalam asuhan khusus untuk tumbuh dan berkembang dengan wajar”, dan tanggung jawab orangtua yaitu bahwa “orangtua bertanggung jawab terhadap kesejahteraan anak”. (Astuti, 2013)

Permasalahan anak menjadi perhatian besar sejak lama. Berdasarkan data Biro Pusat Statistik (2015), jumlah anak Indonesia usia di bawah 17 tahun mencapai 82.852.000 jiwa, dan mengalami peningkatan menjadi 80.231.270 jiwa pada tahun 2015. Sementara itu, Kementerian Sosial melalui Program Kesejahteraan Sosial Anak (PKSA), sejak tahun 2017

sampai 2019, rata-rata baru bisa menangani 4,7% atau sekitar 180.000 anak / tahun. (Astuti, 2013)

Pada tahun 2017 persentase anak terlantar yang mengalami keluhan kesehatan selama sebulan terakhir menurut jenis keluhan adalah panas (50,25 persen), batuk (50,50 persen), dan pilek (63,98 persen) merupakan keluhan yang paling banyak dirasakan. Kemudian sakit kepala berulang (17,71 persen), sakit gigi (8,26 persen), dan diare (9,25 persen). (Astuti, 2013)

Hasil penelitian Save the Children, Depsos RI dan Unicef, 2016, “memperkirakan terdapat 6.270 hingga 9.500 panti asuhan seluruh Indonesia atau terdapat 225.750 hingga 315.000 anak jika jumlah panti sebanyak 5.250 dan 370.230 hingga 516.600 anak jika jumlah panti 8.610”. Walaupun orangtua mereka masih lengkap dan berusaha untuk menjaga kebersihan, karena faktor kemiskinan, pendidikan dan agar anak dapat terpenuhi kebutuhan dasar serta memperoleh layanan sosial dasar (pendidikan dan kesehatan) mereka memasukkan ke sekolah menengah pertama diberbagai wilayah.

Sekolah menengah Pertama (SMP) merupakan suatu lembaga sekolah yang sangat populer untuk membentuk perkembangan dan pendidikan anak - anak yang tidak memiliki orang tua ataupun yang tidak bersama dengan keluarga. Anak-anak psekolah menengah pertama dalam mengasuh, menjaga dan memberikan bimbingan kepada anak agar anak – anak menjadi manusia dewasa yang berguna serta dapat bertanggung jawab atas dirinya dan terhadap masyarakat di kemudian hari. (Agnatasia, 2011)

Anak belajar dan diajar oleh lingkungan mengenai bagaimana ia harus bertingkah laku yang baik dan bertingkah laku tidak baik, lingkungan dapat berarti orangtua, guru, teman-temannya dan orang lain. Anak - anak perlu mendapat pengawasan kesehatan dan pendidikan, karena anak merupakan makhluk rentan dan tergantung yang selalu dipenuhi rasa ingin tahu, aktif serta penuh harapan.pada tahap ini merupakan proses tumbuh kembang yang teratur. Anak memiliki kesibukan perkembangannya seperti bermain, bergaul dengan teman, kontak dengan lingkungan yang semuanya rawan tertular berbagai banyak penyakit - penyakit.

Kebersihan terhadap lingkungan sangat penting sekali untuk menjaga kesehatan anak-anak yang ada di SMP N 1 Rambah Kabupaten Rokan Huluy. Kedisiplinan untuk menjaga kesehatan pribadi dituntut untuk dilakukan bagi anak yang berada diSMP N 1 Rambah mengingat mereka belajar bersama-sama dalam lingkungan yang ramai dan banyak orang. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang perilaku menjaga kebersihan dan kesehatan pribadi pada anak akan berpengaruh pada kebiasaan yang kurang baik dan tidak sehat.

Dalam kehidupan sehari-hari, kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan memengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri sangat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan anak - anak. Jika seseorang sakit, biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini terjadi karena menganggap masalah kebersihan adalah masalah biasa dan diabaikan, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus - menerus dapat memengaruhi kesehatan secara umum pada sekitarnya.

Personal Hygiene adalah upaya yang dilakukan individu dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya baik secara fisik maupun mental. Berpenampilan bersih, harum, dan rapi merupakan dimensi yang sangat penting dalam mengukur tingkat kesejahteraan individu secara umum.

Perilaku kebersihan diri dapat dipengaruhi oleh nilai serta kebiasaan yang dianut, disamping faktor budaya, sosial, norma keluarga, tingkat pendidikan, status ekonomi, dan lain sebagainya. Adanya masalah pada kebersihan diri akan berdampak pada kesehatan seseorang. Saat seseorang sakit, salah satu penyebabnya mungkin adalah kebersihan diri yang kurang. Ini harus menjadi perhatian bersama, sebab kebersihan merupakan faktor penting dalam mempertahankan derajat kesehatan individu. (Taylor, 1989 dalam Wahit dan Nurul, 2007)

Berdasarkan survey awal yang dilakukan melalui observasi pada 17 Juni 2019 terhadap anak yang berada di SMP N 1 Rambah ditemukan personal hygiene yang kurang ditandai dengan kondisi rambut tampak kusut, berbau, lepek dan kusam, 5 anak menderita penyakit kulit, penampilan terlihat kurang rapi, melakukan aktivitas bermain di perkarangan sekolah tanpa menggunakan alas kaki serta kurang adanya pengawasan dari petugas sekolah .

Berdasarkan masalah diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Kemandirian Personal Hygiene pada Anak Usia 7-12 Tahun Sebelum Dan Sesudah Diberikan PromKesdi di SMP N 1 Rambah Kabupaten Rokan Hulu”

## **TUJUAN**

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui kemandirian personal hygiene pada anak usia 7 - 12 tahun sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan di SMP N 1 Rambah Kabupaten Rokan Hulu.

**METODE**

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan time series design. Jadi, peneliti akan melakukan observasi secara berulang sebelum dilakukannya promosi kesehatan, dan mengobservasi kembali secara berulang setelah melakukan perlakuan sehingga mendapatkan penilaian pengaruh promkes tentang personal hygiene terhadap peningkatan kemandirian dalam merawat diri pada anak - anak.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai Kemandirian Anak Usia 7-12 tahun di SMP N 1 Rambah Kabupaten Rokan Hulu selengkapnya dapat dilihat tabel dibawah ini:

**Tabel 1.1**  
**Distribusi kemandirian Responden Dalam Merawat Diri Sesudah diberikan Promkes**

No	Kemandirian	Personal Higiene			
		Badan	Rambut	Mulut	Kuku
1.	Mandiri (Orang)	10	8	8	9
2.	Tidak Mandiri (Orang)	0	2	2	1
<b>Jumlah</b>		10	10	10	10

Berdasarkan tabel di atas kemandirian dalam merawat diri sebelum diberikan promkes pada kebersihan Badan terdapat sebanyak 20 anak mandiri, pada kebersihan rambut terdapat sebanyak 9 anak mandiri dan 3 anak tidak mandiri, pada kebersihan mulut dan gigi terdapat sebanyak 10 anak mandiri dan 5 anak tidak mandiri, dan pada kebersihan kuku terdapat 8 anak yang mandiri dan 3 anak yang tidak mandiri.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 20 responden pada kelompok eksperimen. Pada kelompok eksperimen, tingkat kemandirian dihitung berdasarkan lembar observasi.

Dari uji paired t-test dimana diperoleh p value=0,000 lebih kecil dari pada nilai alpha (0,05). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kemandirian pada anak dalam merawat diri sebelum diberikan promkes dengan sesudah diberikan promosi kesehatan sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan memberikan promosi kesehatan dapat meningkatkan kemandirian dalam merawat diri bagi anak – anak SMP N1 Rambah Kabupaten Rokan Hulu. Dimana dalam penelitian ini promosi kesehatan dilakukan

menggunakan bantuan media lembar balik dan setelah itu dilakukan latihan dengan metode demonstrasi pada anak – anak SMP N 1 Rambah.

Promosi kesehatan mempunyai dua pengertian yaitu peningkatan kesehatan dan promosi kesehatan. Sedangkan pengertian yang kedua, promosi kesehatan diartikan sebagai upaya memasarkan, menyebarkan, mengenalkan atau “menjual” kesehatan. Dengan perkataan lain, promosi kesehatan adalah “memasarkan” atau “menjual” atau “memperkenalkan” pesan-pesan kesehatan atau “upaya-upaya” kesehatan, sehingga masyarakat “menerima” atau “membeli” ( dalam arti menerima perilaku kesehatan ) atau “mengenal” pesan-pesan kesehatan tersebut, yang akhirnya mau berperilaku hidup sehat. ( Notoatmodjo, 2010 ). Perawatan diri atau kebersihan diri ( personal hygiene ) merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Pemenuhan perawatan diri di pengaruhi berbagai faktor, diantaranya: budaya, nilai sosial pada individu atau keluarga, pengetahuan terhadap perawatan diri, serta persepsi terhadap perawatan diri. (Alimul, 2009). Berdasarkan konsep independence Steinberg (1995) menjelaskan bahwa anak yang sudah mencapai independence ia mampu menjalankan atau melakukan sendiri aktivitas hidup terlepas dari pengaruh kontrol orang lain terutama orang tua.

Peneliti mendapatkan hasil bahwa kemandirian pada anak yang telah diberikan informasi serta latihan bagaimana cara merawat kebersihan diri ke pada tingkat kemandirian yang lebih baik yaitu anak mampu melakukan kebersihan dirinya tanpa mendapatkan bantuan serta pengawasan dari orang lain. Dimana anak usia sekolah tergolong usia yang sangat muda, sehingga apabila diberikan informasi serta latihan anak dapat menerima dengan baik dan menjadikannya kemampuan serta perkembangan pada dirinya. Mengingat kemandirian akan banyak memberikan dampak yang positif bagi perkembangan anak, maka sebaiknya kemandirian diajarkan pada anak sedini mungkin sesuai kemampuannya. Kemandirian seseorang tidak akan berkembang tanpa adanya informasi dan latihan secara terus menerus. Oleh sebab itu promosi kesehatan yang diberikan efektif dilakukan untuk memberikan informasi dan kemampuan untuk berperilaku yang pada akhirnya berpengaruh terhadap perilaku mandiri dalam merawat diri pada anak.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian diperoleh hasil bahwa, mean setelah diberikan perlakuan dengan memberikan promosi kesehatan, pada kelompok eksperimen mean rata - rata sebesar 3,5 dengan kebersihan Badan terdapat sebanyak 15 anak mandiri, pada kebersihan rambut

terdapat sebanyak 10 anak mandiri dan 5 anak tidak mandiri, pada kebersihan mulut dan gigi terdapat sebanyak 9 anak mandiri dan 8 anak tidak mandiri, dan pada kebersihan kuku terdapat 10 anak yang mandiri dan 1 anak yang tidak mandiri, secara keseluruhan terdapat 10 anak dikategorikan mandiri dan 3 anak dikategorikan tidak mandiri.

## SARAN

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi SMP N1 Rambah Kabupaten Rokan Hulu untuk dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai informasi untuk meningkatkan kemandirian anak – anak dalam merawat diri dan kesehatannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agnatasia, IR. 2011. *Pengaruh Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Penghuni Panti Asuhan*.  
Dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/23330/4/Chapter%20I.pdf>.
- Astuti, Mulia, dkk. 2013. *Kebijakan Kesejahteraan dan Perlindungan Anak*. Jakarta: P3KS Press
- Depkes RI. 2009. *Rencana Pembangunan Jangka Panjang Bidang Kesehatan 2005-2025*. Jakarta
- Hidayat, Aziz Alimul. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, Aziz Alimul. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, Aziz Alimul. 2009. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, Aziz Alimul. 2012. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1*. Jakarta: Salemba Medika
- <http://reksaalantap.blogspot.com/2013/07/perkembangan-kemandirian-dan-karir.html>.
- Mubarak, Wahit Iqbal dan Nurul Chayatin. 2007. *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta

Riyadi, Sujono dan Sukarmin. 2013. *Asuhan Keperawatan Pada Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Setiadi. 2013. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Tarwoto & Wartonah, 2011. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika

*Undang Undang No. 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan*. Jakarta.