

Kajian Personal Hygiene pada Santri

Egidia Setya Fitriani & Dede Setiapiagung, & Ratna Dewi Indi Astuti

Prodi Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Bandung, Indonesia

email: egidiasetyafitriani@gmail.com, dedesetiapiagung@unisba.ac.id, ratnadewiindiastuti@unisba.ac.id

ABSTRACT: Personal hygiene can be defined as the habit of maintaining physical and psychological health and hygiene as well as preventing disease transmission. Several factors that play a role in personal hygiene include skin hygiene, clothing cleanliness, clean bedding and bed hygiene. In patients with scabies infection, they will feel itching especially at night, this can result in the patient scratching the area. This can result in the release of the *Sarcoptes scabiei* mite from the patient's body. The release of the mites can transfer to the nails. Bathing is also a factor in shedding the scabies mites being an important factor in getting rid of *Sarcoptes scabiei*.

ABSTRAK: Personal hygiene dapat didefinisikan sebagai kebiasaan menjaga kesehatan dan kebersihan fisik dan psikis serta mencegah penularan penyakit. Beberapa faktor yang berperan dalam personal hygiene di antaranya adalah kebersihan kulit, kebersihan pakaian, kebersihan alas tidur dan kebersihan tempat tidur. Pada penderita infeksi skabies, akan merasakan gatal khususnya pada malam hari, hal ini dapat mengakibatkan penderita menggaruk daerah tersebut. Hal ini dapat mengakibatkan terlepasnya tungau *Sarcoptes scabiei* dari tubuh penderita. Lepasnya tungau dapat berpindah ke kuku. Mandi juga menjadi salah satu faktor untuk meluruhkan tungau skabies menjadi faktor penting untuk menghilangkan *Sarcoptes scabiei*.

1 PENDAHULUAN

Personal hygiene dapat didefinisikan sebagai kebiasaan menjaga kesehatan dan kebersihan fisik dan psikis serta mencegah penularan penyakit. Beberapa faktor yang berperan dalam *personal hygiene* di antaranya adalah kebersihan kulit, kebersihan pakaian, kebersihan alas tidur dan kebersihan tempat tidur.

Pada penderita infeksi skabies, akan merasakan gatal khususnya pada malam hari, hal ini dapat mengakibatkan penderita menggaruk daerah tersebut. Hal ini dapat mengakibatkan terlepasnya tungau *Sarcoptes scabiei* dari tubuh penderita. Lepasnya tungau dapat berpindah ke kuku. Mandi juga menjadi salah satu faktor untuk meluruhkan tungau skabies menjadi faktor penting untuk menghilangkan *Sarcoptes scabiei*.

2 TINJAUAN PUSTAKA

Personal Hygiene dapat diartikan sebagai usaha menjaga kebersihan dan kesehatan diri dalam menjaga kebersihan baik fisik dan psikososial. Berdasarkan terminologi istilah "*Hygiene*" berasal dari kata Yunani "*Hygeia*" yang berarti dewi kesehatan, kebersihan dan sanitasi.⁷

Personal hygiene dapat menentukan status kesehatan dalam menjaga dan mencegah terjadinya penyakit terutama gangguan pada kulit. Dalam menjaga kesehatan dapat meliputi menjaga kebersihan kulit, mencuci tangan dan membersihkan kuku, mengganti pakaian dan frekuensi mengganti sprei. Banyak orang yang mengabaikan kebersihan diri.

1. Menjaga Kebersihan Kulit

Menjaga kulit agar tetap bersih dapat dilakukan dengan mandi minimal dua kali dalam sehari kemudian dikeringkan dengan handuk dan ganti pakaian dengan rutin.

2. Menjaga Kebersihan Kuku

Tangan dan kuku perlu dijaga kebersihannya, hal ini dikarenakan kebanyakan masyarakat menggunakan tangan untuk makan. Untuk seseorang yang menderita skabies, hal ini akan memudahkan penularan ke daerah tubuh yang lain. Kebersihan tangan dan kuku dapat dijaga dengan cara, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dengan menggunakan sabu, memelihara kuku agar tetap bersih, pendel dan memotong kuku minimal seminggu sekali.

3. Mencuci Tangan

Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dan setelah melakukan kegiatan dengan

menggunakan air mengalir dan memakai sabun cuci tangan. Mencuci tangan dengan sabun merupakan upaya pencegahan dalam penularan penyakit ke orang lain. Penggunaan sabun sangat efektif, hal ini dikarenakan lemak dan kotoran yang menempel akan hilang dan ikut luruh pada saat tangan digosok dan bergesekan. Hal ini dikarenakan lemak dan kotoran menjadi tempat menempelnya kuman.

Tehnik mencuci tangan dengan menggunakan sabun dapat dilakukan sebagai berikut : pertama, basahi tangan dengan menggunakan air bersih, gunakan sabun pada tangan secukupnya lalu, gosok telapak tangan yang satu ke telapak tangan lainnya, kemudian gosok punggung tangan dan sela jari, lalu gosok telapak tangan dan sela jari dengan posisi saling bertautan, kemudian gosok punggung jari ke telapak tangan dengan posisi jari saling bertautan, kemudian genggam dan basuh ibu jari dengan posisi memutar, lalu gosok bagian ujung jari ke telapak tangan agar bagian kuku terkena sabun, gosok tangan yang bersabun dengan menggunakan air bersih yang mengalir, kemudian keringkan tangan dengan lap sekali pakai ataupun tisu lalu bersihkan pemutar kran air dengan lap sekali pakai atau tisu.

4. Kebersihan Pakaian

Pakaian dengan bahan serat dapat digunakan untuk melindungi tubuh. Tubuh akan mengeluarkan kotoran, lemak dan keringat kemudian akan diserap oleh pakaian. Tubuh yang berkeringat akan menimbulkan bau tidak sedap dan dapat menimbulkan ketidaknyamanan pada orang lain. Pada keadaan seperti ini akan menimbulkan masalah kesehatan khususnya kulit yang diakibatkan karena kulit tubuh akan lembab. Oleh karena itu diperlukan penggantian pakaian setiap hari.

5. Kebersihan Alas Tidur atau Sprei dan Tempat Tidur

Kebersihan sprej dan tempat tidur merupakan komponen yang berperan dalam penularan penyakit kulit. Hal ini dikarenakan terjadi kontak langsung maupun tidak langsung. Menurut penelitian, didapatkan 62,9% orang yang terkena skabies memiliki hubungan dengan kebiasaan tidur bersama.

3 SIMPULAN

Kebersihan pada Santri dapat dilihat dari

kebiasaan yang dilakukan dalam menjaga *personal hygiene*.

DAFTAR PUSTAKA

- Tarigan S dan W. Terjadinya Penyakit Scabies Di Pondok Pesantren Matholiul Huda Al Kautsar Kabupaten Pati. *J Kedokt Diponegoro*. 2018;7(1):113–26.
- Majid R, Dewi R, Astuti I, Fitriyana S. Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Skabies pada Santri di Pesantren Kabupaten Bandung Tahun 2019 The Correration of Personal Hygiene and Scabies Incidence on Santri in Pesantren Kabupaten Bandung 2019. 2020;2(22):160–4.
- Ratnasari AF, Sungkar S. Prevalensi Skabies dan Faktor-faktor yang Berhubungan di Pesantren X, Jakarta Timur. *eJournal Kedokt Indones*. 2014;2(1).
- Lavenia C, Dyasti JA. Studi Komparatif Personal Hygiene Mahasiswa Universitas Indonesia di Indekos dan Asrama. *J KSM*. 2019;1(4).
- Yahya YF, Roiana N. Hubungan Skabies Dengan Pioderma : Sebagai Faktor Risiko Indonesia berdasarkan data Departemen Kesehatan RI pada tahun 2002 prevalensi Penelitian skabies dengan peningkatan komorbiditas rendah , lingkungan hidup yang padat dan. 2018;1(1):33–42.
- Steer AC, Jenney AWJ, Kado J, Batzloff MR, La Vincente S, Waqatakirewa L, et al. High burden of impetigo and scabies in a tropical country. *PLoS Negl Trop Dis*. 2009;3(6):1–7.
- Hengge UR, Currie BJ, Jäger G, Lupi O, Schwartz RA. Scabies: a ubiquitous neglected skin disease. *Lancet Infect Dis*. 2006;6(12):769–79.
- Prayogi S, Kurniawan B. Pengaruh Personal Hygiene dalam Pencegahan Penyakit Skabies. *J Major [Internet]*. 2016;5(5):140–3. Available from: <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/939>
- Purnamasari PM, Megatsari H. Determinan Yang Berhubungan Dengan Tindakan Kebersihan Diri Santriwati Di Pondok Pesantren X Jombang. *J PROMKES*. 2017;3(2):146.
- Kementerian Kesehatan RI. Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). 2020. 1–34 p.