

**NASKAH PUBLIKASI**

**Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene  
Di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019**



**Disusun oleh :**

**Anita Lestari  
NIM. 1540116015**

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS GALUH  
CIAMIS  
2019**

# Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019

ANITA LESTARI

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis

Program Studi D-III Kebidanan

[anitalestaru295@gmail.com](mailto:anitalestaru295@gmail.com)

---

## ABSTRAK

Kebersihan perorangan atau *personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang, untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis. Dengan pola hidup yang sehat, maka akan didapatkan remaja yang sehat jasmani dan rohani. Berdasarkan survei awal di sekolah ini memiliki lingkungan yang kurang bersih dan tidak terawat serta air yang digunakan untuk membersihkan diri kurang bersih karena berwarna dan berbau. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019. Meningkatkan derajat kesehatan seseorang, memelihara kebersihan diri seseorang, memperbaiki personal hygiene yang kurang, mencegah penyakit. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini simple random sampling menggunakan data sekunder dan primer. Bahwa dari 120 yang dituangkan 53 responden berdasarkan perhitungan sampel berdasarkan rumus responden tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* hampir dari setengah responden pada kategori kurang yaitu sebesar 24 Orang atau (43,63%). Diharapkan remaja lebih meningkatkan pengetahuan dan lebih banyak menggali informasi tentang *personal hygiene* sehingga para remaja akan bersikap positif terhadap upaya kesehatan *personal hygiene*

Kata kunci : Pengetahuan, Remaja, *Personal Hygiene*

Kepustakaan : 21 buku (2010-2016)

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologik, perubahan psikologik, dan perubahan sosial. Disebagian besar masyarakat dan budaya masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoatmojo, 2012). Di Indonesia yang disebut remaja menurut Departemen Kesehatan adalah mereka yang berusia 10 tahun sampai 19 tahun dan belum kawin. Pola hidup yang salah dapat mengakibatkan gangguan pada masa remaja. Kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan (Siti Asiyah, 2015). Masa remaja disebut juga masa *adolescence* (tumbuh menjadi dewasa). Masa remaja ditandai oleh masa pubertas yaitu waktu seorang perempuan mampu mengalami konsepsi yaitu menstruasi/haid pertama, dan adanya mimpi basah pada anak laki-laki. Pada masa tersebut remaja mengalami perkembangan seksual diantaranya, kematangan organ seksual mulai berfungsi, baik untuk reproduksi (menghasilkan keturunan) maupun rekreasi (mendapat kesenangan). Pada masa ini diharapkan remaja mulai memperhatikan kesehatan diri (*personal hygiene*) terutama *personal*

*hygiene* (Mareta, 2016). *Personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tawoto dan Martonah, 2004). Kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan perilaku seseorang. Kebersihan perorangan atau *personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang, untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis. Dengan pola hidup yang sehat, maka akan didapatkan remaja yang sehat jasmani dan rohani (Novita dan Fransica, 2011). Data Demografi penduduk di Dunia menunjukkan bahwa jumlah populasi remaja merupakan populasi yang besar.

Menurut *World Health Organization* (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja yang berumur 10 - 19 tahun. Sekitar 900 juta berada di negara berkembang. Di Asia Pasifik jumlah penduduknya merupakan 60% dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja umur 10 - 19 tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik kelompok umur 10 - 19 tahun adalah 22 %, yang terdiri dari 50,9% remaja laki-laki dan 49,1% remaja perempuan (Eny, 2011). Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Ciamis pada tahun 2018 penduduk yang berusia 0 - 14 tahun sebesar 30,81%, sedangkan pada tahun 2019 sebesar 31,51

%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis, remaja yang berusia 13 – 15 tahun terdiri dari 20038 remaja. Meningkatnya proporsi penduduk usia muda tersebut merupakan indikator bahwa telah terjadi peningkatan tingkat kelahiran yang cukup berarti (Profil Dinkes Kabupaten Ciamis, 2017). Data penelitian tentang *personal hygiene* remaja menunjukkan bahwa 75% remaja putri di Dunia paling tidak sekali seumur hidup pernah mengalami keputihan dan 45% diantaranya bisa mengalami keputihan sebanyak dua kali atau lebih. Di Indonesia sendiri, jumlah wanita yang mengalami keputihan ini sangat besar, lebih dari 75% wanita Indonesia pernah mengalami keputihan paling tidak satu kali dalam hidupnya. Hal ini berkaitan erat dengan kondisi cuaca yang lembab yang mempermudah wanita Indonesia mengalami keputihan, dimana cuaca yang lembab dapat mempermudah terjadinya infeksi jamur (Eny, 2011). Dampak yang terjadi apabila perilaku personal hygiene tersebut tidak dilakukan remaja maka remaja tersebut tidak akan bisa memenuhi kebersihan, penampilan dan kesehatan apalagi kesehatan remaja putri sewaktu menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat menimbulkan beberapa penyakit diantaranya terkena kanker rahim, keputihan dan dijauhi teman - teman karena bau badan amis. Untuk itu remaja putri perlu mengetahui tentang *personal*

*hygiene* agar memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. (Sitti Asiyah, 2015). Selain itu dipilihnya SMP 3 Panumbangan kabupaten Ciamis sebagai tempat penelitian karena berdasarkan survey awal di sekolah ini memiliki lingkungan yang kurang bersih dan tidak terawat serta air yang digunakan untuk membersihkan diri kurang bersih karena berwarna dan berbau. Pada saat Studi Pendahuluan pada tanggal 20 Januari 2019 dilakukan wawancara terhadap 10 siswi dan dari hasil wawancara yang dilakukan 7 dari 10 siswa mengalami gangguan organ reproduksi seperti keputihan. Dan ketika ditanya tentang pengetahuan kesehatan remaja organ reproduksi 7 dari 10 orang tidak mengetahui tentang *personal hygiene*. Sehubungan dengan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang *Personal hygiene* Di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019”.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2018 .

Diharapkan pada hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan menambah ilmu pengetahuan serta sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya,

sebagai bahan masukan bagi institusi dalam pengembangan program pendidikan, sehingga dapat memberikan pelayanan kesehatan yang aktual dan berguna pada masyarakat, sebagai salah satu sumber informasi bagi penentu kebijakan dalam pelaksanaan program Diploma III di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis khususnya prodi Kebidanan, maupun pihak SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis dan Proses penelitian ini merupakan pengalaman ilmiah yang sangat berharga bagi penulis, dimana proses ini dapat menambah pengetahuan tentang metode penelitian yang telah diperoleh selama perkuliahan serta menambah wawasan yang berhubungan dengan *Personal hygiene*.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis pada bulan Maret s/d April 2019. Ditinjau dari segi tujuan penelitian yang hendak dicapai, penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Deskriptif adalah yang disarankan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan di dalam suatu komunitas atau masyarakat (Notoatmodjo, 2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 7, 8, 9 di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis tahun 2019 sebanyak 120 siswi. Besarnya sampel pada penelitian ini dihitung berdasarkan teknik *Sample Random Sampling*. Apabila

populasi penelitian berjumlah kurang dari 100 maka sampel yang diambil adalah semuanya, namun apabila populasi penelitian berjumlah lebih dari 100 maka sampel dapat diambil antara 10 – 15% atau 20 – 25% atau lebih (Bugis, Burhan. 2011)

Dengan rumus sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

N= Besar sampel.

N= Jumlah populasi.

d = Derajat penyimpangan terhadap populasi yang diinginkan 10% (0,10), 5% (0,05), atau 1% (0,01)

Berdasarkan rumus diatas maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah:

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + N(d)^2} \\ n &= \frac{120}{1 + 120(0,01)^2} \\ &= 54,54 \\ &= 55 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 orang. Variabel dalam penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu tentang gambaran pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019.

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data.

Kuisisioner terdiri dari 30 pertanyaan digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang masalah *personal hygiene*.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu menggunakan Data Primer. Data Primer diperoleh dari responden dengan memberikan kuisisioner tentang *Personal Higiene* kepada 55 orang siswi SMP 3 Panumbangan.

Kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuisisioner rancangan peneliti yang bersumber dari beberapa literatur. Kuisisioner yang akan dipakai, sebelumnya akan dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas.

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur penelitian dapat mengukur apa yang diukur (Notoatmodjo, 2010). Keputusan pengujian validitas instrumen dengan menggunakan taraf signifikansi 5% dimana item instrumen dikatakan valid jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel dan item instrumen dikatakan tidak valid apabila  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel. Dengan rumus  $r$  tabel sebagai berikut :

$$r \text{ tabel} = \frac{t \text{ tabel}}{\sqrt{df + t^2 \text{ tabel}}}$$

Keterangan :

$Df$  = *deggre of freedom* ( $v = n - 2$ ),  $n$  banyaknya pengamatan.

$t_{\text{tabel}}$  = nilai  $t$  ( $\alpha, v$ )

Reliabilitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan sejauh mana alat ukur yang digunakan mempunyai hasil ukur yang konsisten dengan melakukan pengukuran yang berulang-ulang terhadap gejala yang sama (Notoatmodjo, 2010). Reliabilitas instrumen adalah suatu kesamaan hasil apabila pengukuran dilaksanakan oleh orang yang berbeda ataupun waktu yang berbeda (Setiadi, 2010). Item instrument penelitian yang valid dilanjutkan dengan uji reliabilitas dengan rumus *Alpha Cronbach* yaitu membandingkan nilai  $r$  hasil (*Alpha*) dengan nilai  $r$  tabel. Ketentuan reliabel apabila  $r$  *Alpha* lebih besar dari  $r$  tabel (Hastono, 2016). Dengan rumus sebagai

berikut :

$$\alpha = \frac{k}{k - 1} \left( \frac{S_{x^2} \sum_{j=1}^k S_{j^2}}{S_{x^2}} \right)$$

Keterangan :

$S_{j^2}$  = varians skor item ke- $j$  dengan  $j = 1, 2, \dots, k$ .

$k$  = banyaknya item yang diujikan.

$S_{x^2}$  = varians skor total keseluruhan item.

Adapun analisa data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu analisa univariat (Notoatmodjo, 2010:182). Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan variabel bebas dan variabel terikat. Sebelum dilakukan

analisis data penulis menyeleksi terlebih dahulu kelengkapan hasil kuesioner kemudian dilakukan tabulasi sehingga frekuensi setiap jawaban dapat diketahui. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Data yang telah diperoleh dikumpulkan dan dituangkan ke dalam bentuk tabel dengan perhitungan analisis sebagai berikut :

$$P = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

n = Jumlah responden berdasarkan kategori.

N = Jumlah seluruh sampel.

100% = Bilangan tetap.

P = Persentase.

Arikunto mendeskripsikan komponen proporsi dari setiap kategori sebagai berikut :

Baik : Nilai : 76-100%

Cukup : Nilai : 56-75%

Kurang: Nilai : ≤55% (Arikunto, 2010).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk menunjang pembahasan hasil penelitian yang dilakukan penulis, merasa penting untuk memberikan gambaran pengetahuan Remaja tentang *Personal Hygiene* di SMP 3 Ciamis

Kecamatan Panumbangan Kabupaten Ciamis.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa Gambaran pengetahuan Remaja tentang *Personal Hygiene* di SMP 3 Ciamis Kecamatan Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019 sebagai berikut :

**Tabel 1.**

**Distribusi pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* di SMP 3 Ciamis Tahun 2019**

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
1.	Baik	22	40,1 %
2.	Cukup	9	16,36%
3.	Kurang	24	43,63 %
Jumlah		55	100 %

Sumber : wawancara/ kuisisioner

Berdasarkan tabel 1. di atas dapat dijelaskan bahwa hampir sebagian dari responden yang sebanyak 24 orang responden (43,63%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang *personal hygiene* sebanyak 22 orang responden (40,1%) memiliki pengetahuan yang baik, serta sebanyak 9 orang responden (16,36%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang *personal hygiene*.

Berdasarkan hasil penelitian di SMP 3 Ciamis Kecamatan Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019 tingkat pengetahuan tentang *Personal Hygiene* secara umum di dapatkan hasil bahwa 24 orang (43,63%) responden memiliki pengetahuan kurang terutama tentang

kebersihan, hampir sebagian besar responden berpengetahuan kurang karena salah satu factor yang mempengaruhi yaitu Tingkat pendidikan yang rendah dan kurangnya pengetahuan remaja karena kurang mendapatkan informasi terkait personal hygiene. Pengetahuan remaja yang dinilai baik akan mempengaruhi sikap hingga bentuk perilaku untuk berusaha menjaga kebersihan. Pendidikan mengenai kesehatan, sangat perlu untuk diperhatikan oleh segenap kalangan, termasuk para orang tua maupun remaja itu sendiri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan terhadap *personal hygiene* sangat dipengaruhi oleh faktor diantaranya factor dari luar seperti informasi dan faktor dari dalam seperti pengetahuan serta pengalaman. Hal ini dipengaruhi oleh informasi yang didapatkan siswa tentang *personal hygiene* remaja masih belum maksimal dan responden memiliki daya serap pengetahuan yang berbeda pada masing-masing responden. Sedangkan sebagian besar yang mempunyai pengetahuan kurang disebabkan karena kurang menyerap informasi tentang materi *personal hygiene* dan kurangnya keinginan serta motivasi untuk mencari informasi-informasi mengenai kesehatan *personal hygiene*, hal ini terbukti dengan hasil wawancara dengan siswa-siswi SMP 3 Ciamis bahwa dari hasil wawancara

tersebut terdapat sebagian besar siswa kurang mengetahui tentang *personal hygiene*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian naisyah munawar “Rose Nurhud hariani”(2014) di SMAN 15 Semarang sebagian kecil mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 24 responden (19,4%) dan sebagian besar mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 100 responden (80,6%).

Adapun menurut notoadmojo (2007) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu :Sosial ekonomi, kultur (budaya, agama), Pendidikan, Pengalaman.

Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri sangat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan. Hal-hal yang sangat berpengaruh itu di antaranya kebudayaan, sosial, keluarga, pendidikan, persepsi seseorang terhadap kesehatan, serta tingkat perkembangan.

Jika seseorang sakit, biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan. Hal ini terjadi karena kita menganggap masalah kebersihan adalah masalah sepele, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum.



Menurut saya dalam penelitian ini sebagian besar responden yang diteliti memiliki pengetahuan kurang hal tersebut terjadi karena beberapa faktor. Salah satu faktor diantaranya yaitu pengetahuan, pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku seseorang. Apabila seseorang mempunyai pengetahuan tentang *Personal Higiene* maka kemungkinan besar ia akan memiliki kebiasaan *Personal Higiene* yang baik juga.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* di SMP 3 Panumbangan Kabupaten Ciamis Tahun 2019, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa dari 55 responden sebagian besar memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 24 Orang atau (43,63%).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* yaitu Tingkat pendidikan yang rendah dan kurang mendapatkan informasi terkait *personal hygiene*. Pengetahuan remaja yang dinilai baik akan mempengaruhi sikap hingga bentuk perilaku untuk berusaha menjaga kebersihan. Pendidikan mengenai kesehatan, sangat perlu untuk diperhatikan oleh segenap kalangan, termasuk para orang tua maupun remaja itu sendiri

### **SARAN**

Hasil penelitian ini diharapkan pihak sekolah dapat memberikan informasi kepada siswa dengan merencanakan melakukan penyuluhan atau seminar tentang kesehatan *personal hygiene*. Dengan lebih difokuskan pola seluruh siswi, sekolah dapat menampung segala aspirasi siswi, maka akan menjadi wadah atau fasilitator peningkatan-peningkatan pengetahuan siswi mengenai kesehatan *personal hygiene* melalui program ekstrakurikuler seperti OSIS (Organisasi Siswa Intra sekolah), PRAMUKA (Praja Muda Karana), PMR (Palang Merah Remaja). Bagi Petugas kesehatan diharapkan bisa bekerja sama dengan instansi kesehatan mengadakan kegiatan penyuluhan di sekolah – sekolah tentang kesehatan *personal hygiene* secara lebih mendalam di luar jam pelajaran dengan tujuan agar siswa mendapat informasi serta pengetahuan yang lengkap seputar kesehatan *personal hygiene*, serta bagi responden agar bisa lebih meningkatkan pengetahuan dan lebih banyak menggali informasi tentang *personal hygiene* sehingga para remaja akan bersikap positif terhadap upaya kesehatan *personal hygiene*.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Ahmadi, Abu dan Munawar Sholeh.2005. Psikologi Perkembangan.Jakarta: Rineka Cipta.  
Andira, Dita. (2010). Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta : A Plus Books.

Asiyah, Siti. 2015 *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembang Anak Usia Dini*. Jakarta. Universitas Terbuka.

El Manan. 2011. *Miss V*. Yogyakarta: Buku Biru

Eny. 2011. *Ilmu Alamiah Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara

Hastono, S. P. (2016). *Analisis Data Pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Kurniawan, Ardeno. 2012. *Audit Internal Nilai Tambah Bagi Organisasi*. Edisi pertama. Yogyakarta : BPFE

Kusmiran, Eny. 2016. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.

Manuaba, C. 2008. *Gawat-Darurat Obstetri-Ginekologi & ObstetriGinekologi Sosial untuk Profesi Bidan*. Jakarta: EGC

Manuaba, IBG, dkk. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan Dan KB*. Jakarta: EGC

Norwitz, Errol & Schorge, John. 2006. *At a Glance Obstetri & Ginekologi Edisi Kedua*. Jakarta : Penerbit Erlangga.

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Novita N., Fransiska Y., 2011. *Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika

Prawirohardjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Romauli., 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.