

PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN KEMANDIRIAN LANSIA UNTUK MELAKUKAN PERSONAL HYGINE DI DUSUN MARINGKIK SELATAN DESA PULAU MARINGKIK

Ahyar Rosidi¹, Maruli Taufandas², Apriani Susmita Sari³, Anatun Aupia⁴, Dina Alfiana Ikhvani⁵,
Ririnisahawaitun⁶, Sri Wahyu Ningsih⁷

^{1234567*} Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Hamzar Memben Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Arsyad,
Mamben Daya, Kec. Wanasaba, Kabupaten Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat, Kode Pos 83658

*e-mail: marta86lombok@gmail.com

ABSTRAK

Personal Hygiene adalah kemampuan seseorang untuk merawat diri sendiri mulai dari tidur, mendi, memakai baju dan seterusnya sampai akhirnya tidur kembali. Dengan kata lain, semua kegiatan yang dilakukan seseorang untuk merawat diri sendiri. Untuk mencapai tujuan ini diperlukan adanya dukungan keluarga sebagai salah satu faktor untuk tercapainya kemandirian lansia dalam melaksanakan personal hygiene. Tujuan pengabdian Masyarakat ini yaitu melakukan pemberdayaan kepada keluarga dalam membantu kemandirian lansia untuk melakukan *personal hygiene*. Metode pelaksanaan yang dilakukan pengabdian kepada masyarakat yaitu melakukan penyuluhan kepada keluarga terkait bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam hal *personal hygiene*. Sasaran pada kegiatan ini yaitu keluarga di dusun maringkik Selatan yang memiliki lansia yaitu sebanyak 44 keluarga. Tahapan persiapan dari kegiatan penyuluhan dimulai dengan berkoordinasi dengan pihak pemerintah. Hasil pengabdian yang didapatkan yaitu peningkatan pengetahuan keluarga dan lansia dalam memandirikan lansia untuk melakukan personal hygiene. Kesimpulan yang dapat di ambil yaitu ada perubahan tingkat pengetahuan keluarga terkait bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan *personal hygiene*. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat penting dilakukan kepada keluarga yang memiliki lansia, sehingga informasi tentang pemenuhan kebutuhan *personal hygiene* yang baik bagi lansia dapat diterapkan dalam keluarga.

Kata Kunci : Pemberdayaan, Keluarga, Lansia, *Personal Hygiene*

Pendahuluan

Keluarga merupakan matriks dari perasaan beridentitas dari anggota-anggotanya, keluarga membantu pertumbuhan dan perkembangan anggotanya, mengambil keputusan untuk melakukan tindakan yang tepat dan memberikan perawatan kepada anggota keluarga yang sakit (Niman, n.d.). Dukungan keluarga adalah bantuan yang dapat diberikan kepada anggota keluarga lain berupa barang, jasa, informasi dan nasihat yang mampu membuat penerima dukungan akan merasa disayang, dihargai, dan tenteram (Galuh & Prabawati, 2021).

WHO mencatat, bahwa terdapat 600 juta jiwa lansia pada tahun 2012 di seluruh dunia. Hasil Sensus Penduduk tahun 2013 menunjukkan, bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia berjumlah 20,04 juta jiwa, meningkat sekitar 7,93% dari tahun 2000 yang sebanyak 14,44 juta jiwa. Diperkirakan jumlah penduduk lansia di Indonesia akan terus bertambah sekitar 450 ribu jiwa per tahun. Dengan demikian, pada tahun 2025 jumlah penduduk lansia di Indonesia akan sekitar 34,22 juta jiwa (Malik Asikin et al., 2021)

Bertambahnya usia diharapkan lansia tetap mendapatkan kualitas hidup yang baik, tetap melakukan aktivitas hidup sehari-hari dengan mandiri serta tetap menjaga kesehatannya, tentunya hal ini merupakan tugas utama dari keluarga (Martina et al., 2023). Kenyataannya banyak ditemukan penurunan kemandirian pada lansia yang tinggal dengan keluarga, hal ini karena banyak keluarga lansia sibuk dengan pekerjaan mereka masing-masing di samping itu meningkatnya kebutuhan ekonomi membuat semua anggota keluarga sibuk bekerja di luar rumah, sehingga menyebabkan kurangnya perhatian dalam menjaga kebersihan pada lansia dan dalam memberikan dukungan yang optimal kepada lansia (Yentika, 2018)

Faktor mempengaruhi lansia dalam melakukan perawatan diri yaitu kelemahan fisik khususnya dalam melakukan personal hygiene. Ketidakkampuan lansia dalam merawat diri memerlukan dukungan dari keluarga untuk melakukan personal hygiene yang baik. Selain itu pemberian informasi pelayanan kesehatan yang memadai juga sangat diperlukan bagi lansia agar dapat mendapatkan pelayanan kesehatan yang memadai (Festi Wiliyanarti et al., 2023)

Personal Hygiene merupakan kemampuan seseorang untuk merawat diri sendiri mulai dari alam hal kegiatan sehari-hari (ADL/IADL) misalnya mandi, berpakaian, menyisir rambut, makan sehingga lambat laun orang tersebut harus dibantu oleh keluarga, perawat atau pengasuh (Simorangkir & Sinaga, 2019). Hal – hal yang bisa dilakukan keluarga dalam memenuhi kebutuhan personal hygiene lansia yaitu keluarga berperan penting dalam membantu dan memberikan motivasi kepada para lansia agar lansia yang tidak mampu melakukan personal hygiene mampu melakukannya sendiri (Rahayu et al., 2023)

Berdasarkan data yang didapatkan dari kantor desa Pulau Maringkik didapatkan jumlah data penduduk di dusun maringkik selatan sebanyak 510 dan terdapat 164 kk, dengan jumlah lansia sebanyak 44 jiwa, dari 44 lansia tersebut mengalami memiliki personal hygiene yang kurang serta dukungan keluarga yang masih rendah terkait kebersihan diri pada lansia.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk memberikan penyuluhan kepada keluarga dan lansia tentang bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene. Kegiatan ini secara keseluruhan diikuti oleh 44 keluarga yang memiliki lansia. Sebelum dilakukan penyuluhan keluarga terlebih dahulu dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan keluarga dengan menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan keluarga tentang *personal hygiene (pre test)*, metode yang digunakan yaitu *one group pre-post test design*. Selanjutnya dilakukan penyuluhan terkait bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene diberikan dengan menggunakan metode ceramah. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan sarana ataupun alat pendukung seperti Perlengkapan Elektronik (Laptop, LCD), Lembar Balik, alat tulis kantor (ATK). Setelah edukasi diberikan, pengetahuan keluarga kembali diukur dengan menggunakan kuesioner *post test*. Setelah data terkumpul, data kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran karakteristik responden, tingkat pengetahuan sebelum dan setelah pemberian penyuluhan yang diuji dengan menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat

Karakteristik responden	f	%
Umur		
60 – 75	20	45%
76 – 90	24	55%
Total	44	100%
Pendidikan		
SD	25	56,8%
SMP	13	29,5%
SMA	6	14,7%
Total	44	100%
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	26	59%
Perempuan	18	41%
Total	44	100%

Tabel 1. Menunjukkan bahwa distribusi peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh peserta dengan umur terbanyak 76-90 tahun yaitu sebanyak 24 orang (55%), tingkat pendidikan terbanyak SD 25 orang (56,8%) dan jenis kelamin terbanyak laki-laki 26 orang (59%)

Tabel 2. Distribusi Peserta Berdasarkan hasil Pre-Post Test

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	f	%	f	%
Baik	10	22,7%	29	65,9%
Cukup	31	70,4%	15	34,1%
Kurang	3	6,9%	0	0%
Total	44	100%	52	100

Tabel 2. Menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan peserta pengabdian masyarakat sebagian besar berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 31 orang (70,4%) dan setelah pemberian edukasi pengetahuan peserta meningkat, sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak 29 orang (65,9%). Uji Wilcoxon digunakan untuk melihat apakah ada perbedaan antara tingkat pengetahuan keluarga sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan hasil yang didapatkan yaitu nilai sig $0.03 \leq$ dari 0.05 yang artinya ada perbedaan tingkat pengetahuan antara pre dan post pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene*.

Berikut peneliti lampirkan dokumentasi kegiatan penyuluhan keluarga dan lansia tentang bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene. Kegiatan pengabdian ini berjalan dengan responden yang sangat antusias dalam mengikuti penyuluhan yang diberikan.



Gambar 1. Pengambilan Data Pre Test



Gambar 2. Pengambilan Data Post Test



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan

Dari hasil hasil *pre test* dan *post test* kegiatan penyuluhan tentang bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene didapatkan hasil bahwa setelah pemberian penyuluhan tingkat pengetahuan keluarga tentang kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene mengalami peningkatan, ini bisa dilihat dari data hasil *pre test* yaitu pengetahuan keluarga paling banyak berada pada kategori Cukup 70,4% dan *post test* nya paling banyak pada kategori Baik 65,9%.

Pembahasan

Penyuluhan dapat dipandang sebagai sebuah ilmu dan tindakan praktis. Sebagai sebuah ilmu, pondasi ilmiah penyuluhan adalah ilmu tentang perilaku (*behavioural science*). Di dalamnya ditelaah pola pikir, tindak, dan sikap manusia dalam menghadapi kehidupan. Jadi, subyek telaah ilmu penyuluhan adalah manusia sebagai bagian dari sebuah sistem sosial, obyek materi ilmu penyuluhan adalah perilaku yang dihasilkan dari proses pendidikan dan atau pembelajaran, proses komunikasi dan sosial (Rizkiyani, 2023)

Lansia cenderung mengalami masalah dengan perawatan tubuhnya, salah satu masalah *Personal Hygiene* (kebersihan perorangan) merupakan faktor dasar karena individu yang mempunyai kebersihan diri baik, mempunyai

risiko lebih rendah untuk mendapat penyakit, *personal hygiene* pada lansia tidak akan berhasil jika tidak ada dukungan dari keluarga lansia (Alfiaturrohmah et al., 2018).

Dukungan keluarga terhadap lansia merupakan salah satu kewajiban keluarga. sebagai anak yang sudah dewasa merawat orang tuanya merupakan timbal balik dari upaya orang tua merawat mereka waktu masih kecil. Sekecil apapun tindakan pemenuhan personal hygiene lansia yang dilakukan oleh keluarga dapat meningkatkan sikap, mengurangi resiko yang dapat ditimbulkan akibat kurangnya pemenuhan *personal hygiene* lansia (Alfiaturrohmah et al., 2018)

Selain dukungan keluarga, kesehatan lansia juga merupakan salah satu faktor penting dalam kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia mengalami perubahan fungsional tubuh yang menyebabkan kesehatan menurun dan mudah terpapar penyakit, serta berpengaruh terhadap kemandiriannya sehingga peran keluarga sangat dibutuhkan dalam mendampingi lansia dalam pemenuhan *Personal Hygiene* (Hakim & Hartati, 2023)

Pendampingan dari keluarga sangat mempengaruhi fungsi kemandirian lansia, dimana fungsi kemandirian adalah kemampuan yang dimiliki oleh lansia untuk melakukan segala aktivitas nya secara mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain. Salah satu indikator kemandirian yang dilakukan lansia yaitu dengan menjaga perilaku personal hygiene atau kebersihan dirinya. Selain itu dukungan keluarga juga mempengaruhi tingkat kemandirian lansia (Hakim & Hartati, 2023).

Semakin baik fungsi kemandirian lansia maka semakin baik pula *personal hygiene* pada lansia, maka dari itu sangat penting tingkat pemahaman terkait *personal hygiene* pada keluarga dalam meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat khususnya bagi lansia. Selain dukungan keluarga faktor penurunan fungsi tubuh juga mempengaruhi pemenuhan *hygiene* (Hardono et al., 2019). Perhatian dari lintas sektor pemerintahan dan antar masyarakat sangat di harapkan untuk meningkatkan peran dan pengetahuan keluarga dalam pemenuhan personal hygiene pada lansia (Rahma Soleman et al., 2021)

Dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti rendahnya tingkat kemandirian lansia dalam melakukan *Personal Hygiene* sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan dukungan dari keluarganya, selain itu akses air bersih juga termasuk dalam faktor pendukung yang menyebabkan banyak lansia memiliki kulit yang kurang bersih dan bertekstur kering, Kondisi di pulau maringkik selatan yang masih minim akses air bersih untuk mandi menjadi salah satu penyebabnya, ditambah lagi kondisi pesisir pantai yang sangat panas pada siang hari mengakibatkan kulit lansia bertekstur kering.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat di ambil yaitu bahwa ada perubahan tingkat pengetahuan keluarga terkait bagaimana cara meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene. Meningkatkan pengetahuan keluarga tentang *personal hygiene* dan lansia bertujuan untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam *personal hygiene* dalam pemenuhan *personal hygiene* (kebersihan kulit, kebersihan rambut, kebersihan mulut dan gigi, kebersihan kuku tangan dan kaki)

Rekomendasi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat penting dilakukan kepada keluarga yang memiliki lansia, sehingga informasi tentang pemenuhan kebutuhan personal hygiene yang baik bagi lansia dapat diterapkan dalam keluarga.

Daftar Pustaka

- Alfiaturrohmah, S. N., Anggraeni, R., & Jati, R. P. (2018). HUBUNGAN PERAN FAMILY CAREGIVER TERHADAP PEMENUHAN PERSONAL HYGIENE LANSIA. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 147–152. <https://doi.org/10.32583/KEPERAWATAN.10.2.2018.147-152>
- Galuh, L., & Prabawati, D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Self-Management dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 49–55. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/251>
- Hakim, A. M., & Hartati, E. (2023). Hubungan Tingkat Kemandirian Lansia dengan Perilaku Personal Hygiene. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 3053–3059. <https://doi.org/10.31539/JOTING.V5I2.7757>
- Hardono, Tohiriah, S., Probo Wijayanto, W., & Aisyah Pringsewu Lampung, Stik. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemenuhan Personal Hygiene pada Lansia. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(1), 29–40. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/w1105>
- Malik Asikin, A., Badria Asikin, S., Studi, P. S., & Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Sari, S. (2021). FAKTOR YANG MEMENGARUHI KEMANDIRIAN LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAMATA KABUPATEN GOWA. *Jurnal Berita Kesehatan*, 14(2). <https://doi.org/10.58294/JBK.V14I2.60>
- Martina, S. E., Gultom, R., Sinaga, J., & Keren, K. (2023). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEMANDIRIAN LANSIA DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI DI DESA SUKA MAKMUR KABUPATEN

- LANGKAT. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 6(4), 267–274. <https://doi.org/10.31004/JRPP.V6I4.19898>
- Niman, S. (n.d.). PENGALAMAN FAMILY CAREGIVERDALAM MERAWAT ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI GANGGUAN JIWA. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7.
- Rahayu, F., Dewi, P., Safitri, M., Kesehatan, F., & Harapan Bangsa, U. (2023). Hubungan Peran Keluarga Dengan Personal Hygiene Pada Lansia Di Desa Kebonsari Kecamatan Petanahan Kabupaten Kebumen. *Journal of Mandalika Literature*, 4(2), 336–342. <https://doi.org/10.36312/JML.V4I2.1657>
- Rahma Soleman, S., Mongkau, F. M., Bagus Ekasuryadinata, I., Program Studi Ilmu Keperawatan, D., Ilmu Kesehatan, F., Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, I., Program Studi Ilmu Keperawatan, M., & Kesehatan dan Teknologi Graha Medika Alamat Korespondensi, I. (2021). Analisis Pengetahuan Lansia Terhadap Pemenuhan Personal Hygiene Di Puskesmas Werdhi Agung. *Ojs.Unud.Ac.IdSR Soleman, FM Mongkau, IB EkasuryadinataCommunity Of Publishing In Nursing (Coping)*, 2021•*ojs.Unud.Ac.Id*, 9(1), p-ISSN. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/download/70870/38703>
- Rizkiyani, T. (2023). PENYULUHAN PENCEGAHAN KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK SEJAK DINI DI SDN SUKAMANAH 1 DESA SUKAMANAH KECAMATAN TANARA KABUPATEN SERANG. *PARADIGMA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 58–69. <https://jopa.unwiku.ac.id/index.php/paradigma/article/view/37>
- Simorangkir, L., & Sinaga, E. (2019). SELF-CARE AGENCY IMPROVES PERSONAL HYGIENE OF ELDERLY IN A NURSING HOME IN BINJAI [SELF-CARE AGENCY MENINGKATKAN PERSONAL HYGIENE PADA LANSIA DI PANTI WERDA BINJAI]. *Nursing Current Jurnal Keperawatan*, 7(1), 60. <https://doi.org/10.19166/NC.V7I1.2225>
- Yentika, Y. (2018). Konsep Diri LANSIA di Pant Jompo. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 46. <https://doi.org/10.23916/08431011>