



---

## PELATIHAN PERSONAL HYGIENE UNTUK PRAMU WERDHA DI PANTI REHABILITASI SOSIAL LANJUT USIA (PRSLU) KARAWANG

<sup>1\*)</sup> Aprilina Sartika, <sup>2)</sup> Beatrix Elizabeth, <sup>3)</sup> Aria Wahyuni

<sup>(1)</sup>Program Studi Sarjana & Pendidikan Profesi Keperawatan Universitas Medika Suherman Cikarang, Jawa Barat

Email: [aprilirt18@gmail.com](mailto:aprilirt18@gmail.com)\* dan [Beatrixelizabeth24@gmail.com](mailto:Beatrixelizabeth24@gmail.com)

<sup>(2)</sup>Program Studi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

Email: [ariawahyuni@gmail.com](mailto:ariawahyuni@gmail.com)

### ABSTRAK

Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Kurang perawatan diri adalah kondisi dimana seseorang tidak mampu melakukan perawatan kebersihan untuk dirinya. Personal hygiene perlu dilakukan semua orang khususnya pada lansia untuk mencegah adanya infeksi. Panti Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PRSLU) di Karawang memiliki pramu werdha yang memiliki fungsi membantu para lansia yang ada di PRSLU. Observasi yang dilakukan di PRSLU tersebut ditemukan masih banyaknya lansia yang personal hygiene masih kurang. Fenomena tersebut diselesaikan dengan cara melakukan pengabdian seperti pelatihan pada pramu werdha. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya personal hygiene dan cara melakukan perawatan personal hygiene. Metode pengabdian dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi dan demonstrasi. Pramu werdha yang mengikuti pengabdian ini berjumlah tujuh orang. Evaluasi kegiatan ini menggunakan kuesioner pengetahuan dan cek list pengetahuan pre-posttest. Hasil pelatihan diperoleh peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan perawatan personal hygiene dengan peningkatan skor pengetahuan antara sebelum dan setelah pelatihan sebesar 1,88. Setelah pengabdian ini dilakukan diharapkan pramu werdha ini memperhatikan dan melakukan personal hygiene yang rutin kepada lansia.

**Kata Kunci:** *Personal Hygiene, Pramu Werdha, Panti Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia*

### ABSTRACT

*Personal hygiene is an action to maintain a person's cleanliness and health for physical and psychological well-being. Lack of self-care is a condition where a person is unable to carry out hygiene care for himself. Personal hygiene needs to be carried out by everyone, especially the elderly, to prevent infection. The Social Rehabilitation Home for the Elderly (PRSLU) in Karawang has an elderly caretaker whose function is to help the elderly at PRSLU. Observations carried out at PRSLU found that there were still many elderly people whose personal hygiene was still lacking. This phenomenon is resolved by carrying out community service such as training for elderly caretaker. This service aims to increase knowledge about the importance of personal hygiene and how to carry out personal hygiene care. The service method is carried out using lecture, discussion and demonstration methods. The number of elderly caretaker who took part in this service was seven people. Evaluation of this activity uses a knowledge questionnaire and a pre-posttest knowledge checklist. The results of the training showed an increase in knowledge and skills in providing personal hygiene care with an increase in knowledge scores between before and after training of 1.88. After this service is carried out, it is hoped that the elderly caretaker will pay attention and carry out routine personal hygiene for the elderly.*

**Key Words:** *Personal Hygiene, elderly caretaker, The Social Rehabilitation Home for the Elder*

## PENDAHULUAN

*Personal hygiene* adalah upaya yang dilakukan seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya baik secara fisik maupun mental. Seseorang yang penampilan yang bersih, harum, dan rapih menunjukkan dimensi yang sangat penting dalam mengukur tingkat kesejahteraan secara umum (Mubarak & Chayatin, 2007). *Personal hygiene* merupakan salah satu kemampuan dasar manusia untuk memenuhi kebutuhan memelihara kehidupan, kesehatan dan jiwa sesuai dengan kondisi kesehatan seseorang. Klien tergolong mengalami gangguan perawatan diri apabila tidak mampu melakukan perawatan diri (Potter et al., 2017). *Personal hygiene* merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan seseorang demi kesejahteraan fisik dan psikisnya, kurangnya perawatan diri merupakan keadaan dimana seseorang tidak mampu melakukan praktik higiene perawatan diri (Tarwoto & Wartonah, 2015).

*Personal Hygiene* atau kebersihan diri merupakan tindakan merawat diri sendiri termasuk dalam memelihara kebersihan bagian tubuh seperti rambut, mata, hidung, mulut, gigi dan kulit (Anggraini et al., 2018). *Personal Hygiene* memiliki efek positif terhadap efikasi diri pencegahan infeksi dan secara tidak langsung terhadap perilaku pencegahan infeksi (Yoo & Song, 2021). *Personal hygiene* dipengaruhi oleh faktor pribadi, sosial dan budaya. Permasalahan *Personal hygiene* kurang mendapat perhatian oleh lansia, karena lansia menganggap persoalan kebersihan tidak penting, padahal penyakit dapat muncul dan mempengaruhi kesehatan. Selain itu, yang termasuk dalam kebersihan diri adalah terganggunya kebutuhan dan kebutuhan kenyamanan, orang yang dicintai, kebutuhan akan harga diri, ekspresi diri, dan gangguan interaksi sosial (Nopitasari et al., 2017).

Hasil penelitian tentang *personal hygiene* pada lansia ditemukan hanya 12.5% memiliki kategori baik dan selebihnya pada

kategori cukup dan kurang baik (Hadi & Muliari, 2020). Hasil penelitian ditemukan sebanyak 73.7% lansia memiliki *personal hygiene* yang cukup artinya kebersihan diri atau *personal hygiene* lansia penting ditingkatkan sebagai tindakan menjaga kebersihan dan kesehatan lansia selain itu dapat menghindari lansia dari berbagai penyakit infeksi, jika lansia tidak dapat memastikan *personal hygiene* maka tindakan yang harus dilakukan adalah mencari bantuan keluarga atau pramu werdha apabila lansia tinggal di panti (Pereira et al., 2018).

Panti Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PRSLU) merupakan sebuah tempat tinggal yang disediakan oleh pemerintah maupun swasta yang memiliki berbagai sumber daya yang berfungsi untuk mengantisipasi dan merespon kebutuhan lanjut usia yang terus meningkat. PRSLU menampung para lansia yang terlantar atau tidak mempunyai keluarga maupun lansia dari keluarga yang tidak mampu untuk memberikan perawatan dan pelayanan akan kebutuhan materiil maupun spiritual sehingga lansia dapat merasa aman dan senang dalam menikmati masa tuanya. Pada dasarnya sistem pelayanan kegiatan PRSLU adalah membantu para lansia untuk hidup wajar sebagaimana orang dewasa lainnya yang sehat, mandiri dan tidak menggantungkan hidupnya pada orang lain agar dapat hidup secara wajar dalam kehidupan bermasyarakat. Peranan PRSLU dalam merawat dan mengurus para lansia sebagai perwujudan pelayanan sosial terhadap lansia adalah memberikan perawatan atau pelayanan (sandang, pangan, papan dan kesehatan) melaksanakan kesehatan, melaksanakan bimbingan mental, spritual dan kesehatan. Adapun tujuan dan fungsi dari Panti Rehabilitasi Sosial lanjut Usia itu sendiri adalah memberikan pelayanan dan perlindungan sosial dalam upaya memenuhi hak dan kewajiban terhadap lanjut usia sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang

No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia.

Panti Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PRSLU) berada di jalan Raya Teluk Jambe No. 129, Karawang adalah milik pemerintah Provinsi Jawa Barat. Pada tahun 2020 sampai saat ini penghuni panti ada sebanyak 66 orang lansia dengan lima orang pramu werdha atau yang membantu merawat dan melayani kebutuhan dasar seperti *personal hygiene* selama 24 jam. Lima orang pramu werdha tersebut tidak memiliki latar belakang sebagai perawat atau asisten perawat. Berdasarkan hasil dari observasi dan pengamatan di PRSLU didapatkan data bahwa hasil dari pengamatan di ruang isolasi pramuwisma cenderung tindakan *personal hygiene* memandikannya hanya dengan sebatas memberikan perlengkapan mandi dan sekedar melakukan tindakan pembasuhan di bagian yang dianggap perlu, dan berdasarkan salah seorang sumber perawat menyatakan praktek memandikan dilakukan dua kali sehari yaitu jam 06.00 WIB dan jam 16.00 WIB. Hal ini dikarenakan jumlah pramuwisma yang ada di PRSLU kurang memadai. Oleh karena itu untuk melakukan tindakan praktik *personal hygiene* memandikan kepada pasien lansia tidak dilakukan secara total tetapi dengan prosedur standar *personal hygiene* yang ada, sehingga kemungkinan dapat membuka peluang terjadinya penyakit baru dan ketidaknyamanan pasien lansia yang ada di ruang isolasi karena yang mungkin terjadi seperti bau badan yang tidak sedap, infeksi pada kulit, luka dekubitus. Dari latar belakang tersebut adanya masalah keterbatasan pengetahuan dalam memberikan perawatan terkait *personal hygiene* pada lansia, khususnya pada pasien yang memiliki keterbatasan aktifitas pada lansia.

Sejalan dengan itu permasalahan mitra adalah (1) adanya dua orang perawat yang belum optimal kinerjanya, karena hanya purnawaktu dan belum maksimal dalam melaksanakan Asuhan keperawatan secara komperhensif, (2) kurangnya pengetahuan pramu werdha Mengenai perawatan *personal*

*hygiene* pada lansia, (3) belum pernah di laksanakan sosialisasi tentang perawatan *personal hygiene* pada pramu werdha, (4) belum optimalnya pelatihan dan bimbingan dari pihak PRSLU kepada pramu werdha. Kegiatan pengabdian ini menemukan pemecahan masalah yang dilakukan yaitu melakukan pengkajian yang lebih dalam terkait dengan kebutuhan pelatihan, melakukan pelatihan kepada pramu werdha tentang perawatan *personal hygiene*, khususnya perawatan *personal hygiene* pada lansia yg mengalami keterbatasan fisik. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan untuk pramu werdha.

#### METODE

Pengabdian dilaksanakan di Panti Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PRSLU) Karawang yang digunakan pada kegiatan berupa ceramah, demonstrasi, tanya jawab, dan diskusi berupa tahapan metode pelaksanaan sebagai berikut:

1. Tahap satu: Diskusi dengan kepala PRSLU karawang dan Pekerja Sosial terkait pelatihan dan sosialisasi Perawatan *Personal Hygiene*.
2. Tahap dua: Sosialisasi dan ceramah mengenai Perawatan *personal hygiene* pada lansia.

Peserta kegiatan ini adalah pramu werdha yang ada di PRSLU Karawang berjumlah 7 orang. Kegiatan pelatihan di lakukan 5 hari mulai pukul 13.00 – 16.00 WIB, bertempat di Aula Panti Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Karawang. Sebelum memulai pelatihan Pramu werdha diberikan kuesioner pretest pengetahuan tentang *personal Hygiene*. Setelah mengisi kuesioner Pramu werdha akan mendapatkan materi pelatihan disampaikan oleh tim pengabdian yang berperan sebagai penyuluh dan fasilitator. Adapun media yang digunakan dalam kegiatan pengabdian Masyarakat yaitu menggunakan LCD,

Laptop, Speaker, buku saku, Papan Tulis dan Pulpen



Gambar 1. Buku Saku *Personal Hygiene*



Gambar 2. Kegiatan Ceramah, diskusi dan tanya jawab

3. Tahap ketiga: Simulasi dan Praktek tentang Tindakan *personal hygiene*  
Pramu werdha yang mendapatkan pelatihan selama 5 hari kemudian di minta

mendemonstrasikan cara menjaga *personal hygiene* lansia yang terbatas geraknya.



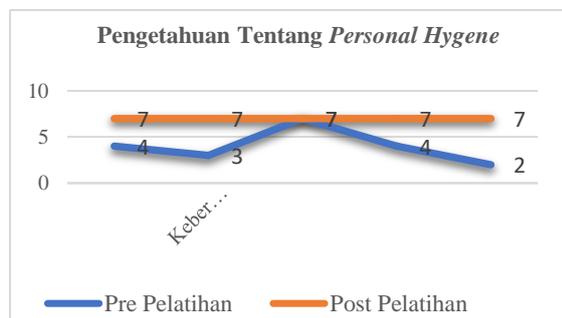
Gambar 3. Distribusi Pengetahuan PramU Werdha tentang *Personal Hygiene*



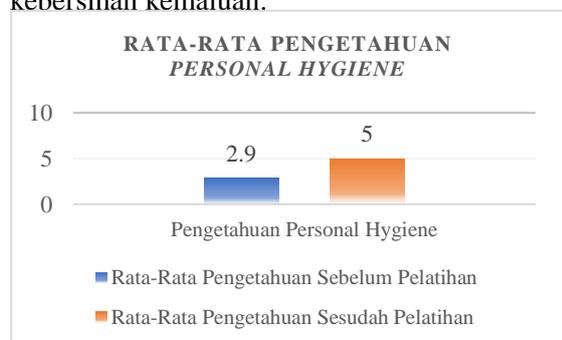
Gambar 3. Kegiatan Demonstrasi Cara Mencuci Rambut

## HASIL

Pengabdian ini dievaluasi menggunakan kuesioner yang berisikan lima item pengetahuan pramu werdha tentang *personal hygiene* yang terdiri dari kebersihan mulut dan gigi, kebersihan rambut, kebersihan badan, kebersihan kuku dan kebersihan kemaluan. Hasil tentang *personal hygiene* dijelaskan dalam diagram pre dan post pelatihan sebagai berikut:



Hasil evaluasi pengetahuan *personal hygiene* pada lansia kepada tujuh pramu werdha sebelum dan sesudah pelatihan didapatkan bahwa pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut didapatkan sebelum pelatihan terdapat empat orang yang mengetahui kebersihan gigi dan mulut kemudian setelah pelatihan didapatkan seluruh pramu werdha mengetahui tentang kebersihan gigi dan mulut. Terdapat tiga orang sebelum pelatihan mengetahui kebersihan rambut dan setelah pelatihan pengetahuan seluruh pramu werdha meningkat. Pengetahuan tentang kebersihan badan atau mandi pada lansia seluruh pramu werdha mengetahui hal tersebut baik sebelum dan sesudah pelatihan. Pengetahuan tentang kebersihan kuku didapatkan sebelum pelatihan terdapat empat orang yang mengetahui kebersihan kuku kemudian setelah pelatihan didapatkan seluruh pramu werdha mengetahui tentang kebersihan kuku. Pengetahuan tentang kebersihan kemaluan hanya terdapat dua orang yang mengetahui kemudian setelah pelatihan seluruh pramu werdha mengetahui tentang kebersihan kemaluan.



Gambar 4. Perbandingan rata-rata Pengetahuan Pramu Werdha tentang *Personal Hygiene*

Perbandingan rata-rata pengetahuan pramu werdha diketahui bahwa hanya sekitar 2.9 item *personal hygiene* yang diketahui sebelum mendapatkan pelatihan dibandingkan dengan sesudah pelatihan 5 item *personal hygiene* yang harus dilakukan pramu werdha sudah diketahui semuanya.

## PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan yang diberikan terkait dengan *personal hygiene* terbukti meningkatkan pengetahuan lansia terhadap kebersihan diri pentingnya menjaga dan merawat kebersihan diri dan perilaku lansia yang menjadi lebih baik serta bermanfaat untuk kesehatan lansia sendiri (Nopitasari et al., 2017). Pada penelitian tentang dukungan sosial terhadap *personal hygiene* didapatkan ada pengaruh dukungan sosial yang diberikan kepada lansia dengan penerapan praktik memenuhi kebutuhan kebersihan diri lansia, dalam hal ini dukungan sosial diberikan di panti rehabilitasi yaitu berasal dari pramu werdha (Latifah & Iskandar, 2021). Pentingnya pengasuh (pramu werdha) memainkan peran dalam memastikan bahwa lansia menjaga kebersihan diri yang baik demi kesejahteraan fisik dan emosional.

Pengasuh memainkan peran penting dalam memastikan bahwa orang lanjut usia, atau penyandang disabilitas, menjaga kebersihan dan perawatan yang baik demi kesejahteraan fisik dan emosional mereka. Seiring bertambahnya usia, akan semakin sulit bagi mereka untuk melakukan tugas perawatan dan kebersihan sehari-hari secara mandiri karena keterbatasan fisik, penurunan kognitif, atau kondisi kesehatan lainnya. Pramu werdha dapat memberikan atau mendampingi lansia saat melakukan mandi, perawatan mulut, kebersihan kuku, berpakaian, dan perawatan inkontinensia (kemaluan) (Wolfe, 2023). Pemenuhan kebutuhan *personal hygiene* yang optimal maka pengasuh lansia diberikan pelatihan yang terdiri dari memandikan lansia, membersihkan rambut, mulut, kuku dan perawatan inkontinensia yang semua itu

dilakukan diatas tempat tidur (Care Issue, 2023).

Kegiatan pengabdian pelatihan yang diberikan kepada pramu werdha diadakan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan diri lansia melalui demonstrasi. Kegiatan ini dilakukan sebelumnya setiap pramu werdha ditanyakan tentang pengetahuan kebersihan diri yang terdiri dari lima item tersebut. Kegiatan ini berlangsung dengan antusias dari pramu wisma. Hal ini di buktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan pramu werdha terhadap kebersihan diri lansia

### SIMPULAN

Simpulan yang didapatkan dari kegiatan pengabdian ini bahwa pramu werdha mengikuti Kegiatan dengan baik dan antusias serta sesuai dengan rencana. Hasil pre-test menunjukkan bahwa pengetahuan pramu werdha yang paling sedikit adalah tentang kebersihan kemaluan, diikuti dengan kebersihan rambut, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan kuku dan kebersihan badan. Proses pengabdian melalui pelatihan ini membuktikan bahwa seluruh pramu werdha memiliki pengetahuan secara lengkap terhadap personal hygiene. Pengabdian ini menyarankan agar pihak PRSLU karawang membuat suatu petunjuk teknis untuk digunakan para pramu werdha sebagai sistem pemantauan pelaksanaan memenuhi kebutuhan diri lansia, selain itu menambah personal pramu werdha yang sesuai dengan kebutuhan lansia. Dalam hal meningkatkan pengetahuan pramu werdha dengan hal lainnya terkait dengan kesehatan lansia diharapkan agar institusi keperawatan meningkatkan kegiatan tridharma khususnya untuk keperawatan gerontik pada tatanan PRSLU.

### DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, A., Anum, Q., & Masri, M. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Personal Hygiene terhadap Kejadian Pedikulosis Kapitis pada Anak Asuh di

Panti Asuhan Liga Dakwah Sumatera Barat. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(1), 131.

<https://doi.org/10.25077/jka.v7i1.791>

Care Issue. (2023). *A Caregiver ' s guide to : Personal Hygiene*. Care Issue. <https://jaga-me.com/thecareissue/caregivers-guide-personal-hygiene-2/>

Hadi, S., & Muliani, S. (2020). Gambaran Pelaksanaan Personal Hygiene Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Taliwang Mataram. *Jurnal Keperawatan*, 13(2).

Latifah, & Iskandar, S. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Pengetahuan dan Kesehatan Fisik dengan Personal Hygiene pada Lansia. *Riset Media Keperawatan*, 4(1), 17–23.

Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2007). *Buku ajar kebutuhan dasar manusia : teori & aplikasi dalam praktik*. EGC.

Nopitasari, D., Istri, A. A., Kusumawati, P., & Purwanti, I. S. (2017). *Pengaruh Edukasi Terhadap Personal Hygiene Lansia Di Banjar Pemalukan Desa Peguyangan*. 101–114.

Pereira, J. O., Ariani, N. L., & Adi, R. C. (2018). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Lansia di Desa Suwaru Kecamatan Pagelaran Kabupaten Malang. *Nursing News*, 3(3), 776–784.

Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P., & Hall, A. (2017). *Potter And Perry's Fundamentals of Nursing : Nursing today The history of modern nursing*. [http://elibrary.mukuba.edu.zm:8080/jspui/bitstream/123456789/386/1/Potter\\_and\\_Perrys\\_Fundamentals\\_of\\_Nursing4e\\_C\\_risp\\_Taylor\\_Douglas\\_Reibero\\_9780729541107.pdf](http://elibrary.mukuba.edu.zm:8080/jspui/bitstream/123456789/386/1/Potter_and_Perrys_Fundamentals_of_Nursing4e_C_risp_Taylor_Douglas_Reibero_9780729541107.pdf)

Tarwoto, & Wartonah. (2015). *Kebutuhan dasar manusia dan proses keperawatan* (P. P. Lestari (ed.)). Salemba Medika.

Wolfe, O. (2023). *The Role of Caregivers in Grooming and Hygiene for the Elderly*. LTC News.

<sup>1)</sup>Aprilina Sartika, <sup>2)</sup>Beatrix Elizabeth, <sup>3)</sup> Agnes Patricia

PELATIHAN PERSONAL HYGIENE UNTUK PRAMU WERDHA DI PANTI REHABILITASI SOSIAL LANJUT USIA (PRSLU) KARAWANG

---

<https://www.ltcnews.com/articles/role-of-caregivers-grooming-hygiene-elderly>  
Yoo, H. J., & Song, E. (2021). Effects of personal hygiene habits on self-efficacy for preventing infection, infection-preventing hygiene behaviors, and product-purchasing behaviors. *Sustainability (Switzerland)*, *13*(17). <https://doi.org/10.3390/su13179483>