

## Personal Hygiene of Sonaf Maneka Catholic Orphanage in Kupang City

Delince Faykusa<sup>1)</sup>, Mustakim Sahdan<sup>2)</sup>, Soleman Landi<sup>3)</sup>

<sup>123)</sup> Public Health Science Program, Public Health Faculty, Nusa Cendana University;  
[delincefaykusa@gmail.com](mailto:delincefaykusa@gmail.com), [mustakimsahdan@gmail.com](mailto:mustakimsahdan@gmail.com), [landi\\_eman@yahoo.com](mailto:landi_eman@yahoo.com)

### ABSTRACT

*Personal hygiene is an effort made to maintain cleanliness and health of oneself both physically and mentally. Personal hygiene includes bathing behavior, dress behavior, hand washing behavior, dental and mouth care behavior and hair care behavior. Kupang City in 2018, skin tanners were included in the top 10 diseases with the number of cases 9,562 (5.5%). The purpose of the study is to know the picture of personal hygiene consisting of: habits of bathing, washing hands, cutting nails, caring for teeth and mouth, caring for hair and changing clothes. This type of descriptive research with survey methods is conducted from April to May 2021. The population is 117 people. Sampling using purposive sampling technique so that the sample is 49 people. Catholic Orphanage in Kupang City with good criteria of 85.71%, the habit of changing clothes 63.26% with good criteria, hand washing. The results showed that of 49 respondents who studied the bathing habits of pre-adolescents and adolescents at Sonaf Maneka habits 89.80% with good criteria, nail cutting habits 79.60% with good criteria, ability to care for teeth and mouth 48.98% with sufficient criteria, and the habit of caring for hair 93.87% with good criteria. This research can be concluded that the personal picture of hygiene in Sonaf Maneka Catholic Orphanage in Kupang City in 2021 is good. The author hopes that the residents of the Sonaf Maneka Catholic Orphanage will further improve their personal hygiene for better health.*

**Keywords:** personal hygiene; orphanage

### ABSTRAK

Higiene perorangan merupakan upaya yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri sendiri baik secara fisik maupun mental. Higiene perorangan meliputi perilaku mandi, perilaku berpakaian, perilaku mencuci tangan, perilaku merawat gigi dan mulut, dan perilaku merawat rambut. Kota Kupang pada tahun 2018, Penyakit kulit termasuk dalam 10 penyakit terbanyak dengan jumlah kasus 9.562 (5.5%). Tujuan penelitian mengetahui gambaran higiene perorangan yang terdiri dari: kebiasaan mandi, mencuci tangan, potong kuku, merawat gigi dan mulut, merawat rambut dan mengganti pakaian. Jenis penelitian deskriptif dengan metode survey yang dilakukan pada bulan April sampai Mei 2021. Populasi berjumlah 117 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga sampelnya 49 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 49 responden yang diteliti kebiasaan mandi anak pra remaja dan remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Kota dengan kriteria baik 85,71%, kebiasaan mengganti pakaian 63,26% dengan kriteria baik, Kebiasaan mencuci tangan 89,80% dengan kriteria baik, kebiasaan potong kuku 79,60% dengan kriteria baik, kebiasaan merawat gigi dan mulut 48,98% dengan kriteria cukup, dan kebiasaan merawat rambut 93,87% dengan kriteria baik. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa gambaran personal Kupang higiene di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Kota Kupang tahun 2021 sudah baik. Penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Kota Kupang diharapkan lebih meningkatkan kebersihan diri masing-masing demi kesehatan yang lebih baik.

**Kata Kunci:** higiene perorangan; panti asuhan

### PENDAHULUAN

Kebersihan individu berasal dari makna Yunani (orang) yang berarti individu dan (kebersihan) yang berarti sehat.<sup>(1)</sup> Kebersihan individu adalah tindakan untuk menjaga kebersihan pribadi dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikologis yang meliputi: kebersihan kulit, kaki, tangan, dan kuku, perawatan rambut, rongga mulut dan perawatan gigi, mata, telinga dan perawatan hidung.<sup>(2)</sup> Profil Kesehatan Kota Kupang tahun 2018 penyakit kulit masuk dalam 10 besar kasus penyakit di Kota Kupang dengan jumlah kasus 9.562 (5,5%).<sup>(4)</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan Rahmi dan Hidayat (2021) tentang hubungan dengan Skabies di Panti Asuhan Kebersihan Pribadi Putra Muhammadiyah Bangkinang. Berdasarkan hasil penelitian yang diketahui dari 34 responden dengan *Personal hygiene* ada 8 responden (23,5%) tidak mengalami kudis, menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan kemungkinan daya tahan tubuh yang baik dari responden sehingga tidak mudah tertular skabies dan responden juga jarang kontak dengan anak yang menderita kudis atau penyakit kulit. Dari 22 responden dengan *Personal hygiene*, ada 7 responden (31,8%) menderita kudis, menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan kemungkinan sering bertukar pakaian dan peralatan pribadi dengan penderita kudis dan responden juga sering kontak dengan anak-anak yang menderita.<sup>(3)</sup>

Panti Asuhan Sonaf Maneka adalah lembaga kesejahteraan anak-anak yang bertanggung jawab secara sosial memberikan layanan pengganti dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial anak asuh mereka, sehingga mendapatkan kesempatan yang tepat dan tempat yang memadai untuk pengembangan kepribadian yang diharapkan. Kenyataan menunjukkan bahwa ada sejumlah rumah yang ditinggalkan, yatim piatu dan rusak. Secara umum, kebersihan pribadi anak-anak panti asuhan tidak dianggap ini didukung oleh perilaku tidak sehat, seperti menggantung pakaian di dalam ruangan, tidak diperbolehkan pakaian anak perempuan di panti asuhan untuk berjemur di bawah terik matahari, dan pertukaran menggunakan benda-benda pribadi, seperti comers dan handuk, akibatnya jika ada salah satu anak yang memiliki penyakit maka penyebaran penyakit lebih mudah, terutama penyakit menular yang dapat ditularkan melalui kontak fisik, serta udara.<sup>(5)</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmi dan Hidayat (2021) tentang hubungan *personal hygiene* dengan skabies di Panti Asuhan Bangkinang Muhammadiyah Putra. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 34 responden dengan *personal hygiene* yang buruk terdapat 8 responden (23,5%) yang tidak mengalami skabies, menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan kemungkinan sistem imun responden sedang baik sehingga tidak mudah tertular skabies dan responden juga jarang kontak dengan anak yang menderita skabies atau penyakit kulit. Dari 22 responden dengan *personal hygiene* terdapat 7 responden (31,8%) yang mengalami skabies, menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena kemungkinan bertukar pakaian dan perlengkapan pribadi dengan penderita skabies dan responden juga sering terkena skabies. kontak dengan anak yang menderita skabies.<sup>(3)</sup> Tujuan penelitian untuk menggambarkan kondisi higiene perorangan baik itu kebiasaan mandi, kebiasaan mengganti pakaian, kebiasaan cuci tangan, kebiasaan potong kuku, kebiasaan merawat mulut dan gigi dan kebiasaan merawat rambut penghuni panti asuhan katolik Sonaf Maneka Kota Kupang tahun 2021.

## METODE

Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif dengan metode survey. Pengambilan data dilakukan dari bulan April-Mei 2021. Populasi penelitian adalah seluruh anak Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka

Kota Kupang, dengan jumlah keseluruhan anak Panti adalah 117 Orang. Jumlah sampel sebanyak 49 orang. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Kriteria inklusif yang ditentukan adalah kelompok umur 12-17 tahun dan terdaftar sebagai siswa-siswi SMP dan SMA. Penelitian ini telah diperoleh kelayakan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan, FKM Undana dengan nomor: 2021013-KEPK.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan gambaran karakteristik responden berdasarkan golongan umur dan jenis kelamin ditunjukkan dalam tabel berikut.

**Tabel.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Pada Anak Pra Remaja Dan Anak Remaja Di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Kota Kupang Tahun 2021**

<b>Golongan Umur</b>	<b>Laki-laki</b>	<b>%</b>	<b>Perempuan</b>	<b>%</b>	<b>Total</b>	<b>%</b>
12-14	5	10,20	14	28,57	<b>19</b>	38,77
15-17	13	26,53	17	34,69	<b>30</b>	61,22
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>36,74</b>	<b>31</b>	<b>62,26</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah anak remaja dengan usia berkisar antara 15-17 tahun yakni 30 orang (61,22%) dengan jumlah perempuan sebanyak 17 orang (34,69%) dan laki-laki 13 orang (26,53%). Selanjutnya berdasarkan gambaran karakteristik hygiene perorangan penghuni panti Asuhan Sonaf Maneka ditunjukkan dalam tabel berikut.

**Table 2. Higiene Perorangan Penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Kota Kupang Tahun 2021**

<b>Varibel</b>	<b>Kategori</b>					
	<b>Baik</b>	<b>%</b>	<b>Cukup</b>	<b>%</b>	<b>Kurang</b>	<b>%</b>
Kebiasaan Mandi	42	85,71	7	14,28	0	0
Kebiasaan Mengganti Pakaian	31	63,26	16	32,65	2	4,09
Kebiasaan Mencuci Tangan	44	89,80	4	8,16	1	2,04
Kebiasaan Potong Kuku	38	77,55	0	0	11	22,45
Kebiasaan Merawat Gigi dan Mulut	18	36,74	24	49,98	7	14,28
Kebiasaan Merawat Rambut	46	93,87	0	0	3	6,12

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan kebiasaan mandi anak pra remaja dan anak remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka dengan kriteria baik menunjukkan 85,71%, kebiasaan mencuci tangan menunjukkan kriteria baik 89,80%, kebiasaan potong kuku menunjukkan kriteria baik 79,60%, kebiasaan merawat gigi dan mulut menunjukkan kriteria cukup 48,98%, kebiasaan merawat rambut menunjukkan kriteria baik 93,87%, dan kebiasaan mengganti pakaian menunjukkan kriteria baik 63,23%.

## **1. Kebiasaan Mandi**

Mandi adalah mencuci tubuh menggunakan air dengan menuangkan air ke tubuh atau merendam tubuh di bak mandi. Kebiasaan mandi bisa dilakukan dengan mandi minimal 2 kali sehari atau mandi setelah beraktivitas, menggunakan.<sup>(6)</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mandi pra-remaja dan remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka berjumlah 49 responden dengan kategori baik yaitu 42 responden (85,71%) dan 7 responden (14,28%) dengan kategori sudah cukup. Kebiasaan mandi warga Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang baik karena memiliki tingkat kesadaran dan disiplin diri dalam menjaga kebersihan tubuh yang baik, yaitu dengan mandi 2 kali sehari, menggosok tubuh saat mandi dan menggunakan sabun sendiri. Sedangkan kebiasaan mandi warga Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka Kota Kupang dengan kategori yang cukup karena kesadaran dalam menjaga kebersihan tubuh masih rendah sehingga hanya mandi 1 kali sehari, yaitu mandi di pagi hari saja karena harus pergi ke sekolah. Mereka tidak mandi setelah berolahraga atau setelah melakukan kegiatan lain karena mereka merasa lelah, Sehingga mereka memilih untuk segera beristirahat dan mandi tidak menggosok tubuh secara menyeluruh karena mandi dalam keadaan putus asa atau terburu-buru untuk pergi ke sekolah atau melakukan kegiatan lain. Kebiasaan mandi yang buruk menyebabkan penyakit kulit.

Hasil penelitian yang dilakukan Putra dkk (2015) tentang hubungan antara kebiasaan mandi, penggunaan handuk dan ganti pakaian dengan kejadian penyakit panu pada orang berusia 15-44 tahun di Kecamatan Mempawah Hilir Kabupaten Mempawah memperoleh kebiasaan mandi responden yang sebagian besar dikategorikan  $\geq 2$  kali sehari dengan persentase 75,0%, hasil ini responden telah melakukan kebiasaan mandi yang baik sesuai dengan kondisi kesehatan. Sedangkan responden yang memandikan  $< 2$  kali mengalami kejadian panu 17 orang (68%) dan tidak mengalami kejadian panu 8 orang (32%). Responden yang memandikan  $\geq$  dua kali sehari mengalami peristiwa panu sebanyak 20 orang (26,7%) dan tidak mengalami kejadian panu 55 orang (73,3%).<sup>(7)</sup>

## **2. Kebiasaan Mengganti Pakaian**

Menurut Mubarak (2012) yang masuk dalam kriteria kebiasaan mengganti pakaian dalam kategori baik, yaitu dengan mengenakan pakaian sehari-hari dengan menggantinya setiap hari, dan tidak menggantinya bergantian pakaian yang belum dicuci dengan pakaian lain, dan tidak menumpuk pakaian kotor atau dibiarkan lama untuk dikompensasi bersama dengan pakaian kotor lainnya.<sup>(8)</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan berganti pakaian di Panti Asuhan Katolik Pra-Remaja dan Remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka dengan kategori baik berjumlah 31 responden (63,26%), kategori yang cukup dari 16 responden (32,65%), dan kategori kurang dari 2 responden (4,09%). Kebiasaan mengganti pakaian penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori yang baik karena responden memiliki tingkat pengetahuan untuk menjaga kebersihan pakaian yang baik sehingga mereka berganti pakaian setelah mandi, mencuci

pakaian dengan deterjen, tidak bertukar pakaian dengan teman, responden tidak berendam pakaian bergabung dengan teman dan responden yang selalu mengeringkan pakaian di bawah terik matahari. Kebiasaan mengganti pakaian penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori sudah cukup karena pengetahuan responden dalam menjaga kebersihan pakaian masih rendah, sehingga mereka berganti pakaian saja saat kotor. Sementara kebiasaan mengganti pakaian penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori kurang karena pengetahuan responden dalam menjaga kebersihan tubuh masih sangat rendah sehingga responden merasa malas berganti pakaian secara teratur, responden tidak langsung mencuci pakaian kotor karena menunggu liburan atau tidak sibuk, dan responden yang bertukar pakaian karena dipaksa atau ditegur oleh pengasuh. Kebiasaan mengganti pakaian yang buruk dapat berisiko terhadap penyakit menular.

Hasil penelitian yang dilakukan Hamzah & Akbar (2020) menunjukkan bahwa dari 17 responden yang memiliki kebiasaan berpakaian buruk ada 14 (82,4%) yang menderita kudis, sedangkan dari 26 responden yang memiliki kebiasaan baik ada 11 (42,3%) responden yang menderita kudis. Hal ini dapat diperdebatkan karena ada 64% responden yang jarang mengenakan pakaian, ada 48% responden yang tidak langsung mencuci katornya, dan ada 21% responden yang telah bertukar pakaian dengan teman.<sup>(9)</sup>

### **3. Kebiasaan Mencuci Tangan**

Cuci tangan dengan sabun (CTPS) merupakan salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih. Mencuci tangan dengan sabun adalah proses menghilangkan kotoran dan debu secara mekanis dari kulit kedua tangan dengan menggunakan air dan sabun, Mencuci tangan dengan sabun adalah cara sederhana, mudah dan bermanfaat untuk mencegah berbagai penyakit yang dapat dicegah dengan mencuci tangan yang benar.<sup>(10)</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan pra-remaja dan remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka berjumlah 49 responden, dengan kategori terbaik berjumlah 44 responden (89,80%), 4 responden (8,16%) dengan kategori cukup dan 1 responden (2,04%) dengan kategori kurang. Kebiasaan mencuci tangan warga Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori baik karena responden memiliki pengetahuan dan disiplin diri dalam menjaga kebersihan tangan yang baik, sehingga mereka mencuci tangan dengan sabun dengan air mengalir, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mencuci tangan dengan sabun setelah BAK/ bab dan juga mencuci tangan setelah bermain. Kebiasaan mencuci tangan warga Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori yang cukup karena pengetahuan dan disiplin diri responden dalam menjaga kebersihan tangan yang rendah sehingga mereka mencuci tangan tidak menggunakan sabun karena merasa hanya mencuci tangan menggunakan air bersih yang bersih dan responden yang hanya mencuci tangan sebelum makan. Sedangkan kebiasaan mencuci tangan warga Panti Asuhan Katolik

Sonaf Maneka Kota Kupang dengan kategori kurang karena pengetahuan dan disiplin diri responden dalam menjaga kebersihan tubuh masih sangat rendah sehingga tidak ada rasa peduli untuk menjaga kebersihan tangan. Kebiasaan mencuci tangan yang buruk dapat membawa berbagai kuman penyakit ke dalam tubuh.

Hasil penelitian yang dilakukan Purnawandari dkk, (2013) tentang hubungan antara perilaku mencuci tangan dan kejadian Diare pada anak usia sekolah di Kabupaten Jember menunjukkan adanya hubungan antara perilaku mencuci tangan dan kejadian diare. Hasil ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosidi, Handarsari dan Mahmudah (2010) yang mengatakan bahwa ada hubungan antara kebiasaan mencuci tangan dan kejadian Diare, 94% anak-anak sekolah dasar mencuci tangan sementara 6% tidak terbiasa mencuci tangan, diare selama satu bulan, 96% anak-anak tidak mengalami diare dan 4% anak mengalami diare. Kondisi ini menggambarkan bahwa mencuci tangan dapat mengurangi kejadian diare.

#### **4. Kebiasaan Potong Kuku**

Infeksi cacing adalah penyakit yang paling umum di seluruh dunia dan terjadi di negara-negara berkembang. Infeksi cacing terjadi ketika telur yang terinfeksi masuk melalui mulut dengan makanan atau minuman yang terkontaminasi atau melalui tangan dan kuku yang kotor.<sup>(11)</sup> Menjaga kebersihan kuku sangat penting dalam menjaga kebersihan diri karena berbagai kuman dapat masuk ke dalam tubuh melalui kuku. Kebiasaan merawat kuku, antara lain kuku dapat dipotong dalam bentuk lurus, tidak memotong kuku terlalu pendek karena dapat melukai selaput kulit dan kulit di sekitar kuku, Jangan membersihkan kotoran di belakang kuku dengan benda tajam karena akan merusak jaringan di bawah kuku, memotong kuku seminggu sekali atau sesuai kebutuhan, terutama untuk jari-jari kaki sebaiknya kuku dipotong segera setelah mandi atau direndam menggunakan air hangat terlebih dahulu, jangan menggigit kuku karena akan merusak bagian kuku.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan memotong kuku pra-remaja dan remaja seminggu sekali di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kota Kupang berjumlah 49 responden dengan kategori baik berjumlah 38 responden (77,55%) dan 11 responden (22,45%) dengan kategori yang cukup. Kebiasaan memotong kuku penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori yang baik karena tingkat kesadaran responden dalam menjaga kebersihan kuku baik agar responden rutin memotong kuku seminggu sekali dan selalu menyikat kuku dengan sabun saat mandi, Kebiasaan memotong kuku penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maenka Kota Kupang dengan kategori yang cukup karena tingkat kesadaran responden dalam menjaga kebersihan kuku masih rendah sehingga responden tidak rutin memotong kuku dalam seminggu dan responden hanya akan memotong kuku saat diberitahu oleh Mama Panti. Kebiasaan menjaga kebersihan kuku yang buruk akan terlihat kotor dan kuku yang panjang juga akan menjadi tempat untuk menampung berbagai macam kuman penyakit. Hasil penelitian yang dilakukan Kause dkk, pada tahun 2020 tentang hubungan cuci tangan

dan pemotongan kuku terhadap infeksi cacing usus pada anak-anak sekolah dasar di Desa Lifulio tidak ada hubungan yang berarti antara kebiasaan memotong kuku dan kejadian infeksi cacing dengan nilai  $p > 0,05$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anwar pada tahun 2016 tidak ada hubungan antara faktor kebiasaan memotong kuku dan infeksi cacing usus. Dinilai dari kebiasaan memotong kuku yang baik sudah 42,6% dengan nilai  $p (0,564) > \alpha (0,05)$ . Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Khadijah pada tahun 2018 menunjukkan tidak ada hubungan antara faktor kebiasaan memotong kuku yang baik telah 65,17% dengan nilai  $p (0,773) > \alpha (0,05)$  (11).

## **5. Kebiasaan Merawat Gigi dan Mulut**

Pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan. Mulut bukan hanya pintu masuk makanan dan minuman tetapi fungsi mulut lebih dari itu dan tidak banyak yang menyadari besarnya peran mulut untuk kesehatan dan kesejahteraan seseorang. Oleh karena itu, kesehatan gigi dan mulut berperan dalam mendukung kesehatan seseorang.<sup>(12)</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan merawat gigi dan mulut pra-remaja dan remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka berjumlah 49 responden dengan kategori baik berjumlah 18 responden (36,74%), 24 responden (48,98%) dengan kategori cukup dan 7 responden (14,28%) dengan kategori kurang.

Kebiasaan merawat gigi dan mulut penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori yang baik karena responden memiliki tingkat kesadaran dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut yang baik sehingga responden selalu menyikat gigi menggunakan sikat gigi sendiri dan responden yang mengganti sikat gigi setiap 6 bulan. Kebiasaan merawat gigi dan mulut penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori yang cukup karena kesadaran responden dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut masih rendah sehingga tidak rutin menyikat gigi dalam sehari dan tidak rutin mengganti sikat gigi setiap 6 bulan sekali. Sedangkan kebiasaan merawat gigi dan mulut penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori kurang karena tingkat kesadaran responden dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut masih sangat minim.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2015) yang meneliti hubungan kebersihan rongga mulut berdasarkan jenis kelamin, dalam penelitian ini menemukan bahwa anak perempuan memiliki kebersihan mulut yang lebih baik dibandingkan dengan anak laki-laki. Hal ini diduga karena anak perempuan memiliki kecenderungan untuk menjaga mulut mereka lebih dari anak laki-laki.<sup>(13)</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang melakukan menyikat gigi tidak sesuai dengan SOP berjumlah 87 responden dimana jumlah tertinggi berada di kelas 4 dengan jumlah 36 responden (30,3%). Hasil tertinggi menyikat gigi menurut SOP jumlah tertinggi yang diperoleh kelas

6 dengan jumlah responden (12,6%). Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat perkembangan dan pengetahuan.<sup>(13)</sup>

## **6. Kebiasaan Merawat Rambut**

Rambut adalah mahkota untuk semua orang. Masalah kulit kepala sering dianggap sebagai hal yang ringan, padahal bagi penderitanya dapat mengurangi penampilan atau daya tarik dan membuat seseorang tidak percaya diri akibat rambut kotor jika disertai dengan gatal-gatal yang mengganggu. Kebiasaan merawat rambut meliputi: mencuci rambut 1-2 kali seminggu dengan menggunakan sampo yang sesuai, memangkas rambut agar terlihat rapi, gunakan sisir bergerigi besar untuk menghaluskan rambut keriting dan mengoleskan rambut dengan minyak, jangan gunakan sisir bergerigi tajam karena bisa melukai kulit kepala, Pijat kulit kepala saat mencuci rambut untuk merangsang pertumbuhan rambut, dan pada ikal dan ikal sisir rambut dari ujung ke dasar perlahan dan hati-hati.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci rambut pada pra-remaja dan remaja di Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka berjumlah 49 responden dengan kategori baik yaitu 46 responden (93,87%) dan 3 responden (6,13%) dengan kategori kurang.

Kebiasaan merawat rambut warga Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori yang baik karena responden memiliki tingkat kesadaran dalam menjaga kebersihan rambut yang baik sehingga selalu rutin mencuci rambut menggunakan sampo 2 kali seminggu. Sementara kebiasaan merawat rambut penghuni Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori kurang karena tingkat kesadaran dalam menjaga kebersihan rambut masih rendah, hal ini dapat dilihat dari responden yang hanya mencuci rambut seminggu sekali dan responden yang tidak menggunakan sampo saat mencuci rambut. Perawatan rambut yang buruk maka rambut akan terlihat kusam dan dapat mengurangi rasa percaya diri. Sementara kebiasaan merawat rambut warga Panti Asuhan Katolik Sonaf Maneka di Kota Kupang dengan kategori kurang karena tingkat kesadaran dalam menjaga kebersihan rambut masih rendah, hal ini dapat dilihat dari responden yang hanya mencuci rambut seminggu sekali dan responden yang tidak menggunakan sampo saat mencuci rambut, karena pada saat mandi tidak ada sampo sehingga responden hanya menyiram rambut dengan air, dan tidak melakukan pijatan keseluruhan di kepala saat mencuci rambut. Perawatan rambut yang buruk maka rambut terlihat kusam dan dapat mengurangi rasa percaya diri.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut: sebanyak 85,71% penghuni Panti Asuhan dengan kebiasaan mandi kategori baik. Sebanyak 63,26% penghuni panti asuhan dengan



kebiasaan mengganti pakaian kategori baik. Sebanyak 89,80% penghuni panti asuhan dengan kebiasaan mencuci tangan kategori baik. Sebanyak 77,55% penghuni panti asuhan dengan kebiasaan potong kuku kategori baik. Sebanyak 36,74% penghuni panti asuhan dengan kebiasaan merawat gigi dan mulut kategori baik. Sebanyak 93,87% penghuni panti asuhan dengan kebiasaan merawat rambut kategori baik.

## REFERENSI

1. Utara US. Perilaku Lansia Terhadap *Personal hygiene* ( Kebersihan Perorangan ) di UPTD Panti Abdi Dharma Asih Binjai Tahun 2010 Oleh : B Mazl NIM : 0701002010;
2. Dewi SSS, Siregar N. Hubungan *Personal hygiene* Dengan Kejadian Skabies di Panti Asuhan Hayat Sabungan Jae. *J Kesehat Ilm Indones*. 2019;4(2):113–20.
3. Tambusai JK. Hubungan *Personal hygiene* Dengan Kejadian Skabies Di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Bangkinang. 2021;2:1–6.
4. Dinkes. Profil Kesehatan Kota Kupang Tahun 2018. Profil Kesehat kota kupang tahun 2018 [Internet]. 2018;(0380):19–21. Available from: <https://dinkes-kotakupang.web.id/bank-data/category/1-profil-kesehatan.html?download=36:profil-kesehatan-tahun-2018>
5. Psikologi PS, Masyarakat FK, Cendana UN. Harga Diri dan Penerimaan Diri Remaja Akhir di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kelurahan Lasiana Kota Kupang. 2019;1(4):199–206.
6. Efendi R, Aan AA, Ibad M. Hubungan *Personal hygiene* dengan Kejadian Penyakit Kulit pada Santri di Pondok Pesantren Darul Arafahraya Medan. *Univ sumatera Utara*. 2020;15(2):25–8.
7. Putra MFS. Hubungan Antara Kebiasaan Mandi, Penggunaan Handuk Dan Mengganti Pakaian Dengan Kejadian Penyakit Panu Pada Masyarakat Yang Berusia 15- 44 Tahun Di Kecamatan Mempawah Hilir Kabupaten Mempawah. *Kesehatan*. 2015;1–9.
8. Guna Mira AG. Perilaku Pidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Upaya Mencegah Penyakit Kulit pada Santri di Pondok Pesantren Nurul Huda. 2015;XI(1):7–14.
9. Hamzah B, Akbar H. Analisis Hubungan *Personal hygiene* dengan Kejadian Skabies di Wilayah Kerja Puskesmas Juntinyuat Kabupaten Indramayu. *KESMAS UWIGAMA J Kesehat Masy*. 2020;6(1):22–9.
10. Natsir MF. Pengaruh penyuluhan CTPS terhadap peningkatan pengetahuan siswa SDN 169 bonto parang Kabupaten Jeneponto. *J Kesehat Lingkung [Internet]*. 2018;1(2):1–9. Available from: <http://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/article/view/5977>
11. Kause EY, Setiono KW, Telussa AS, Tangan C, Kuku G, Kedokteran M, et al. Hubungan Kebiasaan Mencuci Tangan Dan Anak Sekolah Dasar Di Desa Lifuleo. 2020;(April):131–7.
12. Ratih dan Yudita. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Cara Memelihara Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Ketersediaan Alat Menyikat Gigi pada Narapidana Kelas IIB Rutan Gianyar Tahun 2018. *J Kesehat Gigi*. 2019;6(2):23–6.
13. Khasanah NN, Susanto H, Rahayu WF. Gambaran Kesehatan Gigi Dan Mulut Serta Perilaku Menggosok Gigi Anak Usia Sekolah. *J Ilm STIKES Kendal*. 2019;9((4)):327–34.