

**Bidang Ilmu: Kesehatan Masyarakat**

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PENYULUHAN PERSONAL HIGYENE  
PADA LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL  
TRESNA WERDHA HUSNUL KHOTIMAH  
KOTA PEKANBARU**

**Oleh:**

**DR. HERNIWANTI.S.Pd, Kim.M.S (Ketua)  
JASRIDA YUNITA, SKM, M.Kes (Anggota)  
DR. ENDANG PURNAWATI RAHAYU, SKM,M.SI (Anggota)  
DR. KISWANTO (Anggota)**

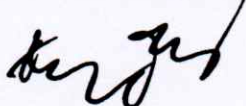
**Diusulkan untuk dibiayai dari DIPA  
STIKes Hang Tuah Pekanbaru**

**PROGRAM STUDI MAGISTER ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
STIKES HANG TUAH PEKANBARU  
JANUARI 2020**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| 1. Judul                   | : Penyuluhan Personal Hygiene pada Lanjut Usia di UPT Kota Pekanbaru |
| 2. Bidang Penerapan Ipteks | : Kesehatan Masyarakat   |
| 3. Ketua Pelaksana         | :  |
| a. Nama Lengkap            | : Dr. Herniwanti. S.Pd, Kim. M.S                                     |
| b. Jenis Kelamin           | : Perempuan  |
| c. NIDN                    | : 1020117401   |
| d. Disiplin Ilmu           | : Kesehatan Masyarakat   |
| e. Pangkat/Golongan        | : Penata / IIIC  |
| f. Jabatan Akademik        | : Lektor   |
| g. Program Studi           | : Magister IKM   |
| h. Alamat                  | : STIKes Hang Tuah Pekanbaru   |
| i. HP                      | : 0821 5655 3120   |
| 4. Jumlah Tim              | : 3 orang dosen  |
| a. Anggota 1               | : DR. Endang Purnawati R, SKM., M.Si                                 |
| b. Anggota 2               | : Jasrida Yunita, SKM, M.Kes   |
| c. Anggota 3               | : DR. Kiswanto   |
| 5. Lokasi Kegiatan         | : UPT Kota Pekanbaru   |
| 6. Biaya                   | : Rp. 1.500.000,-  |

Mengetahui,  
Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru


  
Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes  
NIK : 10306114265

Pekanbaru, 17 Januari, 2020

Ketua Pelaksana,

  
Dr. Herniwanti. S.Pd, Kim. M.S  
NIDN. 1020117401

Menyetujui :  
Ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat  
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

  
Agus Alamsyah, SKM, M.Kes  
NIK 10306113204

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Kuasa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga Laporan dengan judul Penyuluhan Personal Hygiene Lanjut Usia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru ini dapat diselesaikan. Laporan ini merupakan salah satu tugas dosen dalam penyelenggaraan Tri dharma Perguruan Tinggi dan diusulkan untuk mendapatkan dana hibah Pengabdian Kepada Masyarakat yang didanai dari anggaran STIKes Hang Tuah Pekanbaru.

Kami menyadari Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kami mengharapkan masukan yang konstruktif dari semua pihak untuk perbaikan di masa datang. Semoga proposal ini dapat didanai dan dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin.

Pekanbaru, Januari 2020



Penulis,

Dr.Herniwanti.S.Pd, Kim.M.S  
NIDN. 1020117401

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI .....	iii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
BAB II. SOLUSI PERMASALAHAN .....	3
BAB III. METODE PELAKSANAAN .....	4
BAB IV. HASIL LUARAN YANG DICAPAI.....	5
BAB V .RENCANA KE TAHAP BERIKUTNYA. ....	6
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN .....	7

### DAFTAR PUSTAKA

### LAMPIRAN

1. Daftar Riwayat Hidup Ketua dan Anggota Peneliti
2. Jadwal Pelaksanaan Pengabdian
3. Izin pengabdian
4. Surat tugas
5. Materi pengabdian kepada masyarakat
6. Daftar kehadiran peserta pengabdian
7. Luaran yang didapatkan dalam bentuk draft, status *submission*, dan lain-lain
8. Dokumentasi yang mewakili setiap kegiatan
9. Laporan Penggunaan Anggaran.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut Undang-undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia, yang dimaksud dengan Lansia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas yang juga mempunyai hak yang sama untuk mendapatkan pelayanan kesehatan. Kelompok ini merupakan penduduk yang tergolong rentan, yang sering dianggap menjadi beban bagi kelompok penduduk lainnya.

Menurut hasil dari Susenas jumlah Lanjut Usia (Lansia) 14,4 juta jiwa atau 7,18% dari total jumlah penduduk, sedangkan yang berusia di atas 65 tahun, mencapai 4,6% dari jumlah penduduk Indonesia (10 juta orang). Selain itu, jumlah lansia diproyeksikan akan terus meningkat yang diperkirakan pada tahun 2020 diperkirakan meningkat menjadi 28,8 juta jiwa (Kemenkes RI, 2012).

Keberadaan lansia seringkali dipersepsikan secara negatif, dianggap sebagai beban keluarga dan masyarakat sekitarnya serta dianggap sebagai individu yang tidak mandiri. Kenyataan ini mendorong semakin berkembangnya anggapan bahwa menjadi tua identik dengan semakin banyaknya masalah yang dialami oleh lansia. Lansia cenderung dipandang masyarakat tidak lebih dari sekelompok orang yang ketergantungan dengan orang-orang yang ada disekitarnya (Huda, 2010).

Mereka yang nantinya akan menjadi lansia tersebut harus diantisipasi mulai dari sekarang, sehingga tidak menjadi beban bagi masyarakat. Antisipasi tersebut salah satunya dengan membuat para lanjut usia tetap sehat, mandiri serta produktif bagi masyarakat. Untuk mencapai menua yang sehat tersebut di perlukan upaya peningkatan (promotion) kesehatan, pencegahan penyakit (prevention), pengobatan penyakit (curative), dan pemulihan kesehatan (rehabilitation), sehingga keadaan patologik pun dicoba untuk disembuhkan guna untuk mempertahankan menua yang sehat, oleh karena proses patologik akan mempercepat jalannya proses penuaan, upaya pencegahan harus diutamakan (Darmojo, 2003). Masalah kesehatan lansia melalui proses kemunduran yang panjang sehingga dapat dihambat dan dalam beberapa hal tertentu dapat dicegah. Pertimbangan lain adalah tingginya biaya pelayanan kesehatan sehingga

pencegahan akan jauh lebih murah dari pada biaya pengobatan (Pudjiastuti, 2003). Untuk itu upaya yang dilakukan misalnya dengan memperhatikan asupan gizi pada lanjut usia, penyakit hipertensi pada lanjut usia, personal hygiene pada lanjut usia dan dengan memberikan olahraga misalnya senam lansia untuk para lansia.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan bahwa kondisi lanjut usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru bahwa banyaknya aktivitas yang dilakukan sehingga lanjut usia harus dalam kondisi sehat untuk mengikuti semua kegiatan tersebut. Dengan ini, maka perlu dilaksanakan peningkatan pengetahuan dan pencegahan kesehatan lanjut yang diharapkan dapat membantu dan memberi manfaat bagi masyarakat.

## **B. Rumusan Masalah**

Personal Hygiene lansia sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor faktor yang ditentukan oleh keadaan masa lalu, situasi lingkungan, lingkungan dimana kita tinggal serta faktor-faktor pribadi. Lansia perlu mendapatkan perhatian dengan mengupayakan agar mereka tidak terlalu tergantung kepada orang lain dan mampu mengurus diri sendiri (mandiri), menjaga kesehatan diri.

## **C. Tujuan Kegiatan**

Penyuluhan Personal Hygiene pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru diharapkan dapat memberikan penyuluhan kesehatan lingkungan kepada masyarakat pada umumnya dan lansia khususnya mengenai : Mengubah perilaku dan persepsi lanjut usia mengenai Personal Hygiene.

## **D. Manfaat Kegiatan**

Menambah wawasan mengenai Personal Hygiene lanjut usia sehingga dapat meningkatkan status kesehatan pada lanjut usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru.

## **BAB II**

### **SOLUSI PERMASALAHAN**

Dalam kegiatan ini ada beberapa solusi dalam pemecahan masalah yang ditemukan antara lain sebagai berikut :

1. Mengubah perilaku dan persepsi lanjut usia mengenai personal hygiene dengan presentasi dan pemutaran video mengenai personal hygiene dan penyuluhan tentang personal hygiene.
2. Lansia perlu mendapatkan perhatian dengan mengupayakan agar mereka tidak terlalu tergantung kepada orang lain dan mampu mengurus diri sendiri (mandiri), menjaga kesehatan diri, yang tentunya merupakan kewajiban dari keluarga dan lingkungannya. Sejalan dengan kemunduran fisiknya lansia membutuhkan pertolongan dari keluarga untuk memenuhi kebersihan diri.
3. Perawatan personal hygiene adalah perawatan pada kebersihan diri seseorang. Disini, perawat berkewajiban untuk membantu pasien yang tidak atau yang kurang mampu merawat personal hygienenya sendiri, dengan cara menyediakan alat dan bahan atau bahkan membantunya.
4. Suasana lingkungan harus disesuaikan. Bila memungkinkan jagalah kelembapan ruang tidur atau ruangan lainnya dirumah dengan memasang humidifier. Perubahan temperature secara tiba – tiba harus dihindarkan.
5. Keluarga secara kuat mempengaruhi perilaku sehat setiap anggotanya begitu juga status kesehatan dari setiap individu mempengaruhi bagaimana fungsi unit keluarga dan kemampuan untuk mencapai tujuan. Pada saat kepuasan keluarga terpenuhi tujuannya melalui fungsi yang adekuat, anggota keluarga tersebut cenderung untuk merasa positif mengenai diri mereka sendiri dan keluarga mereka (Potter dan Ferry, 2005).

## **BAB III**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **A. Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan bekerjasama dengan puskesmas simpang tiga. Metode yang dilakukan adalah dengan pemberian penyuluhan mengenai hygiene personal pada lanjut usia dengan melakukan penyuluhan, pemutaran video pada lanjut usia.

#### **B. Lokasi dan waktu kegiatan**

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru yang akan direncanakan pada tanggal 16 Januari 2020.

#### **C. Sasaran Pengabdian Kepada Masyarakat**

Sasaran pengabdian kepada masyarakat adalah sebanyak 69 orang lanjut usia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru

#### **D. Tahapan pelaksanaan kegiatan**

Metode penerapan ipteks yang dilakukan dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi sebagai berikut:

1. Tahap persiapan : bekerjasama dengan puskesmas simpang tiga untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat
2. Tahap pelaksanaan: metode yang dilakukan dengan melakukan penyuluhan dengan ceramah dan pemutaran video
3. Tahap evaluasi : evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan atau peningkatan pengetahuan lansia terhadap materi yang telah disampaikan dengan melakukan tanya jawab secara lisan mengenai pemahaman personal hygiene lansia dan observasi langsung setelah kegiatan dilaksanakan.



## **BAB IV**

### **HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

Pengabdian Masyarakat dengan Penyuluhan Personal Higiene Pada Lanjut Usia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru menghasilkan sambutan yang baik oleh pihak yayasan dan juga penghuni lansia yang berada di tempat tersebut.

1. Laporan pengabdian masyarakat.
2. Artikel pengabdian masyarakat yang akan dipublikasi pada jurnal pengabdian masyarakat Universitas Tabrani Rab, Jurnal Dinamisia Unilak.
3. Publikasi pada koran Riau pos dan Tribun Pekanbaru.

Selanjutnya dari penyuluhan dan observasi langsung di dapatkan hasil :

1. Lansia diharapkan agar dapat meningkatkan kemampuan untuk melakukan kebersihan diri untuk hidup yang bersih dan meningkatkan derajat kesehatannya.
2. Bagi panti sosial agar dapat menambah pengetahuan dan kemampuan pihak panti sosial mampu memfasilitasi serta menggali tentang permasalahan dalam kebersihan lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru
3. Bagi petugas kesehatan di PTSW diharapkan untuk lebih meningkatkan pelayanan yang optimal serta lebih memperhatikan personal hygiene pada usia lanjut.
4. Bagi dosen selanjutnya agar dapat memberikan bantuan berupa materi dan non materi kepada usia lanjut dalam melakukan kebersihan diri.

## **BAB V**

### **RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA**

1. Rencana akan dilaksanakan pengadiaan yang serupa di Panti Werda lainnya..
2. Dilakukan penyuluhan kesehatan personal secara berkala.
3. Melaksanakan penyuluhan lainnya masih dalam ruang lingkup kesehatan lingkungan pada Lansia di berbagai lokasi posyandu lansia dan panti werdha.

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **1.KESIMPULAN**

1. Perawatan personal hygiene lansia adalah perawatan pada kebersihan diri pada usia lanjut.
2. Disini, perawat berkewajiban untuk membantu pasien yang tidak atau yang kurang mampu merawat personal hygienenya sendiri, dengan cara menyediakan alat dan bahan atau bahkan membantunya.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas perawatan diri adalah: Faktor yang ditentukan oleh keadaan masa lalu, Situasi lingkungan, lingkungan dimana kita tinggal serta Faktor-faktor pribadi.
4. Lansia perlu mendapatkan perhatian dengan mengupayakan agar mereka tidak terlalu tergantung kepada orang lain dan mampu mengurus diri sendiri (mandiri), menjaga kesehatan diri, yang tentunya merupakan kewajiban dari keluarga dan lingkungannya.
5. Sejalan dengan kemunduran fisiknya lansia membutuhkan pertolongan dari keluarga untuk memenuhi kebersihan diri.

#### **2.SARAN**

Diharapkan dengan adanya penyuluhan dari Magister IKMStikes Hang Tuah ini, maka dapat memberikan perhatian terhadap lanjut usia. Diharapkan bisa menjadi program pengabdian masyarakat pada lansia dengan gangguan personal hygiene, serta memberikan motivasi terhadap keluarga/perawat agar mampu merawat keluarga/pasien yang lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik. 2011. Pedoman Pendataan Survei SosialEkonomi Nasional Tahun 2011. Jakarta Pusat: Badan Pusat Statistik.

Kementerian Kesehatan RI. 2012. Pedoman Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas. Jakarta: Kemenkes RI. Kementerian Negara RI. 1998. Undang-undang RI Nomor 13 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Jakarta: Lembaga Negara RI.

Huda, Miftakhul & Bunafit Komputer. 2010. Memebuat Aplikasi Data Base Dengan Java, MY SQL dan NetBeans. Jakarta: Elex Media Komputindo

# LAMPIRAN

1. Daftar Riwayat Hidup Ketua dan Anggota Peneliti
2. Jadwal Pelaksanaan Pengabdian
3. Izin pengabdian
4. Surat tugas
5. Materi pengabdian kepada masyarakat
6. Daftar kehadiran peserta pengabdian
7. Luaran yang didapatkan dalam bentuk draft, status *submission*, dan lain-lain
8. Dokumentasi yang mewakili setiap kegiatan
9. Laporan Penggunaan Anggaran.

## Lampiran 1

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Nama Lengkap dan gelar Akademik : Dr. Herniwanti
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Batang Tabit, 20 November 1974
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : Magister IKM
5. NIP/NIDN : 1020117401
6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat
7. Kedudukan dalam Tim : Anggota
8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
Telepon/Faksimili : 0761-33815  
E-mail : herniwanti@htp.ac.id  
Alamat Rumah : Komplek Palam Regency E.8  
Telepon/Faksimili : -  
E-mail : -
9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	-	-	-	-

Pekanbaru, Januari 2020

Ketua,

(Dr. Herniwanti)

NIP/NIDN. 1020117401

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP  
PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

1. Nama Lengkap dan gelar Akademik : Jasrida Yunita, SKM, M.Kes  
 2. Tempat dan Tanggal Lahir : Kp. Kandang/27 Juni 1980  
 3. Jenis kelamin : Perempuan  
 4. Program Studi : Magister IKM  
 5. NIP/NIDN : 0027068002  
 6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat  
 7. Kedudukan dalam Tim : Ketua Pelaksana  
 8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
 Telepon/Faksimili : 0761-33815  
 E-mail : jasridayunita@gmail.com  
 Alamat Rumah : -  
 Telepon/Faksimili : -  
 E-mail : -  
 9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2012	Penyuluhan tentang Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Puskesmas Umban Sari Rumbai	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
2	2013	Pelatihan Pengisian Laporan Kinerja Dosen (LKD) dan Beban Kerja Dosen (BKD) bagi Dosen di Lingkungan STIKes Hang Tuah Pekanbaru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
3	2012	Upaya Penanggulangan DBD di Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru (Anggota)	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	2,5
4	2016	Pembentukan Posyandu Baru	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5
5	2012	Penyuluhan tentang Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Puskesmas Umban Sari Rumbai	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5

Pekanbaru, Januari, 2019  
Anggota,

(Jasrida Yunita, SKM, M.Kes)  
NIP/NIDN. 0027068002

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Nama Lengkap dan gelar Akademik : Dr. Endang Purnawati R, SKM,M.Si
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Bengkalis, 25 Januari 1990
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : Magister IKM
5. NIP/NIDN : 1025019001
6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat
7. Kedudukan dalam Tim : Anggota
8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
Telepon/Faksimili : 0761-33815  
E-mail : endangpurnawati90@gmail.com  
Alamat Rumah : -  
Telepon/Faksimili : -  
E-mail : -
9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2016	Penyuluhan pencegahan diare berbasis STBM di wilayah kerja puskesmas rumbai bukit	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	5

Pekanbaru Januari, 2019  
Anggota,

(Dr.Endang Purnawati R,SKM,M.Si)  
NIP/NIDN. 1025019001



**DAFTAR RIWAYAT HIDUP  
PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

1. Nama Lengkap dan gelar Akademik : Dr. Kiswanto  
 2. Tempat dan Tanggal Lahir : Blora, 4 Maret 1953  
 3. Jenis kelamin : Laki-laki  
 4. Program Studi : Magister IKM  
 5. NIP/NIDN : 8856030016  
 6. Bidang keahlian : Kesehatan Masyarakat  
 7. Kedudukan dalam Tim : Anggota  
 8. Alamat Kantor : Jln. Mustafa Sari No.5 Pekanbaru  
 Telepon/Faksimili : 0761-33815  
 E-mail :  
 Alamat Rumah : -  
 Telepon/Faksimili : -  
 E-mail : -  
 9. Pengalaman dalam Bidang Pengabdian kepada masyarakat :

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	-	-	-	-

Pekanbaru, Januari, 2019  
Anggota,

(Dr. Kiswanto)  
NIP/NIDN. 8856030016

## **LAMPIRAN 2:**

### **JADWAL KEGIATAN**

Susunan acara kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai berikut :

Hari Kamis, 16 Januari 2020

1. 09.00-09.15 : Sambutan kepala UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru
2. 09.15- 09.45 : Presentasi Materi Personal Hygiene Lansia oleh ibu Dr. Herniwanti
3. 09.45-10.00 : Coffe break (Pembagian Snack Sehat (Buah,Susu,Puding)
4. 10.00- 10.30 : Diskusi, tanya jawab dan quiz dengan Materi Personal Hygiene Lansia
5. Penutupan- Foto Bersama



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

# HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646  
email : [info.stikes@hangtuahpekanbaru.ac.id](mailto:info.stikes@hangtuahpekanbaru.ac.id) Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : [www.hangtuahpekanbaru.ac.id](http://www.hangtuahpekanbaru.ac.id)

Pekanbaru, 21 Januari 2020

Nomor : 05/STIKes-HTP/I/2020/0021  
Lampiran : 1 Lembar  
Prihal : Pengabdian Masyarakat

Kepada Yth:  
Kepala UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah  
Kota Pekanbaru  
Di\_ Pekanbaru

Dengan hormat;

Sehubungan dengan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi, maka kami Prodi Magister Kesehatan Masyarakat STIKes Hang Tuah Pekanbaru akan mengadakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tentang upaya preventif dalam mengatasi permasalahan yang meliputi permasalahan Gizi, Hipertensi, aktive ageing, dan personal hygiene pada Lanjut Usia.

Kegiatan tersebut akan dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Kamis/ 23 Januari 2020  
Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru  
Waktu : 09.00 WIB – Selesai  
Sasaran : Usia Lanjut di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru.  
Agenda Kegiatan : Terlampir

Untuk itu kami mohon kepada Ibu untuk dapat memberikan izin kepada kami untuk melaksanakan kegiatan tersebut.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama Ibu kami ucapkan terimakasih.

STIKes Hang Tuah Pekanbaru  
Ketua,  
  
Ahmad Hanafi, SKM. M.Kes  
No Reg 10306114265



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

# HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646  
email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

## SURAT TUGAS

Nomor: 05 /STIKes-HTP/XII/2019/2278.A

Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru, dengan ini menugaskan kepada :

Ketua

N a m a : Dr. Herniwanti, S.Pd.Kim, M.S

NIDN : 1020117401

Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Anggota

N a m a : Jasrida Yunita, SKM, M.Kes

NIDN : 0027068002

Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru

N a m a : Dr. Endang Purnawati Rahayu, SKM, M.Si

NIDN : 1025019001

Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru

N a m a : Dr. Drs. Kiswanto, M.Kes

NIDN : 8856030016

Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Untuk mengadakan penyuluhan kesehatan dengan tema : **Personal Hygiene pada Lansia** yang dilaksanakan pada:

Hari/tanggal : Kamis/ 16 Januari 2020

Pukul : 09.00 WIB s/d selesai

Tempat : UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Kota Pekanbaru

Demikianlah surat tugas ini dibuat untuk dapat diketahui dan dilaksanakan.

Pekanbaru, 10 Desember 2019

Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru



(H. Ahmad Hanafi, SKM., M.Kes)

PRESENTASI

PERSONEL HYGIENE LANSIA



# PERSONAL HYGIENE LANSIA

UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA HUSNUL KHOTIMAH KOTA PEKANBARU

KAMIS 16 JANUARI 2020



Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat  
**STIKes Hang Tuah Pekanbaru**

## **PENGABDIAN MASYARAKAT**

Upaya Promotif dan Preventif dalam mengatasi permasalahan Gizi, Hipertensi, Personal Hygiene, dan peningkatan Active Aging pada Lanjut Usia



# **PERSONAL HYGIENE LANSIA**

# KONSEP DASAR PERSONAL HYGIENE

## o Pengertian

personal → perorangan  
hygiene → sehat.

Tarwoto,  
2004)

- Kebersihan seseorang adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis



# Menurut Tarwoto (2004), macam-macam personal hygiene antara lain:

**Theory  
Reference**

Perawatan kulit kepala dan rambut Perawatan mata	Perawatan hidung Perawatan telinga	Perawatan kuku kaki dan tangan Perawatan genetalia	Perawatan kulit seluruh tubuh  Perawatan tubuh secara keseluruhan
---	---------------------------------------	---	---



# GAMBARAN PERSONAL HYGIENE PADA LANSIA DAN SANITASI LINGKUNGAN DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 3 MARGAGUNA JAKARTA SELATAN TAHUN 2018

Created by :

MELIZA HANA PERTIWI ( 20160301283 )

**Subject:** LANSIA  
LINGKUNGAN  
PANTI SOSIAL

**Alt. Subject :** ELDERLY  
ENVIRONMENT  
SOCIAL ASSISTANCE

**Keyword:** personal hygiene lansia  
sanitasi lingkungan  
keluhan kulit

## **Description:**

Lansia biasanya mengalami penurunan daya tahan tubuh, kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap. Keadaan seperti ini cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan seperti keluhan kulit. Faktor yang mempengaruhi keluhan kulit adalah karakteristik lansia, personal hygiene dan sanitasi tempat tinggal. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui personal hygiene lansia (kebersihan kulit, kebersihan rambut, kebersihan tangan dan kuku, dan kebersihan pakaian) dan sanitasi lingkungan (sarana air bersih, kamar mandi, sarana pembuangan sampah dan tempat tidur dan sprei). Desain penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti yaitu 180 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah simple random sampling yaitu 141 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki kebersihan buruk yaitu kebersihan kulit (55.3%) dan kebersihan tangan dan kuku (60.3%), dan sebagian memiliki kebersihan baik yaitu kebersihan rambut (63.1%) dan kebersihan pakaian (58.9%). Hasil observasi sanitasi lingkungan meliputi sarana air bersih, kamar mandi dan sarana pembuangan sampah dinyatakan memenuhi syarat, dan tempat tidur dan sprei sebagian tidak memenuhi syarat yaitu menjemur kasur dan bantal. Berdasarkan hasil penelitian disarankan kepada pihak panti agar meningkatkan mutu pelayanan terhadap lansia khususnya personal hygiene dan peran perawat serta meningkatkan sanitasi lingkungan tempat tinggal untuk mencegah keluhan kulit.

Jurnal  
Reference





# Faktor Yang Mempengaruhi Personal Hygiene Pada Lansia Adalah :

## 1. Faktor Pengetahuan

Pengetahuan Personal Hygiene sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan, pengetahuan tersebut dapat bersifat intelektual (cara berpikir, berabstrak, analisa, memecahkan masalah dan lain-lain). Yang meliputi pengetahuan (knowledge), pemahaman (comperehension), penerapan (aplication), analisa (analysis), sintesis (synthesis) dan evaluasi (evaluation). Individu dengan pengetahuan tentang pentingnya kebersihan diri akan selalu menjaga kebersihan dirinya untuk mencegah dari kondisi / keadaan sakit.



## **2. Kondisi Fisik Lansia dan Psikis Lansia**

Semakin lanjut usia seseorang, maka akan mengalami kemunduran terutama di bidang kemampuan fisik, yang dapat mengakibatkan penurunan peranan-peranan sosialnya. Hal ini mengakibatkan timbulnya gangguan di dalam mencukupi kebutuhan hidupnya. Sehingga dapat meningkatkan bantuan orang lain (Nugroho, 2000).

Menurut Zainudin (2002) penurunan kondisi psikis pada lansia bisa disebabkan karena Demensia di mana lansia mengalami kemunduran daya ingat dan hal ini dapat mempengaruhi ADL (Activity of Daily Living yaitu kemampuan seseorang untuk mengurus dirinya sendiri), dimulai dari bangun tidur, mandi berpakaian dan seterusnya



### **3. Faktor Ekonomi**

Besar pendapatan keluarga akan mempengaruhi kemampuan keluarga untuk menyediakan fasilitas dan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan untuk menunjang hidup dan kelangsungan hidup keluarga.

### **4. Faktor Budaya**

Kebudayaan dan nilai pribadi mempengaruhi kemampuan perawatan hygiene. Seorang dari latar belakang kebudayaan berbeda memiliki praktik perawatan diri yang berbeda. Keyakinan yang didasari kultur sering menentukan definisi tentang kesehatan dan perawatan diri (Potter dan Ferry, 2005).



## **5. Faktor Lingkungan**

Lingkungan mencakup semua faktor fisik dan psikososial yang mempengaruhi atau berakibat terhadap kehidupan dan kelangsungan hidup lingkungan berpengaruh terhadap kemampuan untuk meningkatkan dan mempertahankan status fungsional, dan meningkatkan kesejahteraan (Potter dan Ferry, 2005)

## **6. Faktor Citra Tubuh**

Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Personal hygiene yang baik akan mempengaruhi terhadap peningkatan citra tubuh individu (Stuart & Sundeen, 1999 dalam Setiadi 2005)



## 7. **Faktor Peran Keluarga**

Keluarga secara kuat mempengaruhi perilaku sehat setiap anggotanya begitu juga status kesehatan dari setiap individu mempengaruhi bagaimana fungsi unit keluarga dan kemampuan untuk mencapai tujuan. Pada saat kepuasan keluarga terpenuhi tujuannya melalui fungsi yang adekuat, anggota keluarga tersebut cenderung untuk merasa positif mengenai diri mereka sendiri dan keluarga mereka (Potter dan Ferry, 2005).



## TANDA DAN GEJALA DEFISIT PERSONAL HYGIENE

Menurut Depkes (2000: 20) Tanda dan gejala klien dengan defisit perawatan diri adalah:

### **1. Fisik**

Badan bau, pakaian kotor, Rambut dan kulit kotor, Kuku panjang dan kotor, Gigi kotor disertai mulut bau, Penampilan tidak rapi.

### **2. Psikologis**

Malas, tidak ada inisiatif, Menarik diri, isolasi diri, Merasa tak berdaya, rendah diri dan merasa hina.

### **3. Sosial**

Interaksi kurang, Kegiatan kurang, Tidak mampu berperilaku sesuai norma, Cara makan tidak teratur BAK dan BAB di sembarang tempat, gosok gigi dan mandi tidak mampu mandiri.



## **GANGGUAN PERSONAL HYIGENE PADA LANSIA**

Memenuhi kebutuhan kebersihan diri pada lansia adalah suatu tindakan perawatan sehari – hari yang harus diberikan kepada klien lanjut usia terutama yang berhubungan dengan kebersihan perorangan (Personal Hygiene), yaitu antara lain kebersihan mulut dan gigi, kebersihan kulit dan badan, kebersihan kepala, rambut dan kuku, serta kebersihan tempat tidur dan posisi tidur (Nugror, 1995).

**Perawatan secara umum bagi lansia terbagi 2, yaitu:**

**1. Mereka yang masih aktif**

Dimana keadaan fisiknya mampu bergerak tanpa bantuan orang lain sehingga kebutuhan sehari – hari dapat terenuhi.

**2. Mereka yang pasif**

Mereka yang keadaan fisiknya memerlukan pertolongan orang lain, seperti sakit atau lumpuh.





## PERAWATAN LANSIA AKTIF

Bagi mereka yang masih aktif, hal –hal yang perlu di perhatikan antara lain:

### **1. Mandi**

Mandi agar dibatasi karena kulit lansia biasanya mengering. Hal ini disebabkan kelenjar kulit yang mengeluarkan lemak mulai kurang bekerja. Maka sehabis mandi kulit lansia sebaiknya diolesi baby oil terutama di lengan, siku, ketiak, paha, dan sebagainya.

### **2. Kebersihan mulut**

Kebersihan mulut adalah sangat penting. Perlu diingat atau dibantu para lansia untuk menyikat gigi yang hanya tinggal beberapa buah. Gigi palsu perlu mendapat perhatian khusus, dibersihkan dengan sabun dan sikat. Untuk menghilangkan bau gigi palsu direndam dalam air hangat yang telah dibubuhi obat pembersih mulut beberapa tetes selama 5 – 10 menit, setelah itu bilas sampai bersih dari sabun dan bubuk pembersih mulut tersebut.



## PERAWATAN LANSIA AKTIF

### 3. Perawatan rambut

Lanjut usia terutama wanita kadang – kadang mengalami kesulitan dalam mencuci rambut sehingga perlu mendapat bantuan perawat atau anak cucunya. Sama halnya dengan kulit, rambut orang lansia juga kehilangan lemaknya sehingga sehabis keramas perlu diberi conditioner. Setelah selesai mencuci rambut harus segera dikeringkan agar lansia tidak kedinginan.

### 4. Perawatan kuku

Kuku jari tangan dan kaki perlu mendapatkan perawatan, Menggunting kuku jangan terlalu pendek dan jangan sampai terluka karena luka pada orang tua lebih sulit sembuh.

### 5. Pakaian

Pakaian hendaknya jangan terbuat dari bahan yang kasar. Dasar pakainan harus lunak, harus mudah dikenakan dan dibersihkan. Pakaian lansia dijaga agar tetap rapi karena cenderung para lansia tidak peduli lagi terhadap pakaiannya. Lansia lebih enak dengan piyama tipis jangan pakaian dari wool karena bias terjadi iritasi.



## 6. Mata

Elastisitas lensa mata pada lansia berkurang akibatnya tulisan kecil terlihat kabur pada jarak normal, sedangkan pada jarak jauh akan terlihat terang. Gejala yang tidak normal antara lain:

- a. Penglihatan menjadi ganda
- b. Bintik hitam atau ada daerah yang gelap
- c. Sakit pada mata
- d. Terlihat ada warna atau terang disekitar ujung – ujung objek
- e. Mata yang kemerahan
- f. Tiba – tiba kehilangan melihat dengan jelas



## 7. Lingkungan

Suasana lingkungan harus disesuaikan. Bila memungkinkan jagalah kelembapan ruang tidur atau ruangan lainnya dirumah dengan memasang **humidifier**. Perubahan temperature secara tiba – tiba harus dihindarkan.



## Perawatan Lansia Pasif

***Bagi lansia yang terus beristirahat di tempat tidur, kebersihan di tempat tidur perlu tetap diperhatikan, yaitu:***

1. Diusahakan agar bantal tidak terlalu keras atau lembek
2. Latihan bangun dan tidur dengan usaha sendiri agar otot badan tetap aktif dan menghindarkan pegal – pegal serta atrofi otot
3. Letak tidur diatur antara lain :
  - a. Letak guling dibawah lutut.
  - b. Berikan bantal angin yang berbentuk cincin untuk mencegah lecet pada tumit dan bokong.
  - c. Letak tidur dimiringkan bergantian pada sisi kanan atau kiri.
  - d. Pada letak atau posisi setengah duduk, di bagian kepala tempat tidur diberi sandaran atau papah.



## KESIMPULAN

1. Perawatan personal hygiene adalah perawatan pada kebersihan diri seseorang.
2. Disini, perawat berkewajiban untuk membantu pasien yang tidak atau yang kurang mampu merawat personal hygienenya sendiri, dengan cara menyediakan alat dan bahan atau bahkan membantunya.
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas perawatan diri adalah:
  - Faktor yang ditentukan oleh keadaan masa lalu,
  - Situasi lingkungan, lingkungan dimana kita tinggal serta
  - Faktor-faktor pribadi.
4. Lansia perlu mendapatkan perhatian dengan mengupayakan agar mereka tidak terlalu tergantung kepada orang lain dan mampu mengurus diri sendiri (mandiri), menjaga kesehatan diri, yang tentunya merupakan kewajiban dari keluarga dan lingkungannya.
5. Sejalan dengan kemunduran fisiknya lansia membutuhkan pertolongan dari keluarga untuk memenuhi kebersihan diri.



## **SARAN**

Diharapkan dengan adanya penyuluhan dari Magister IKMStikes Hang Tuah ini, maka dapat memberikan perhatian terhadap lanjut usia. Diharapkan bisa menjadi program pengabdian masyarakat pada lansia dengan gangguan personal hygiene, serta memberikan motivasi terhadap keluarga/perawat agar mampu merawat keluarga/pasien yang lansia.

# Ayo Cuci Tangan!

Mencuci tangan dapat membantu menjaga kesehatan



1  
Telapak Tangan dengan  
Telapak Tangan



2  
Telungkupkan dua  
tangan bergantian



3  
Mengatup kedua tangan



4  
Mengunci kedua tangan



5  
Putar Ibu jari



6  
Gosok-gosok ujung jari



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

STIKes  
HANG TUAH PEKANBARU  
PRODI MAGISTER  
KESEHATAN MASYARAKAT





**DOKUMENTASI PENGABDIAN MASYARAKAT MAGISTER STIKES HANG TUAH  
PADA LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA  
HUSNUL KHOTIMAH – KOTA PEKANBARU  
16 Januari 2020**





## Lampiran 9.

### LAPORAN PENGGUNAAN ANGGARAN

<b>1. Bahan dan Peralatan</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (RP)	Harga Jumlah
	Pemakaian			
Fotokopi kuesioner	Pre dan post		Rp 50.000	Rp 50.000
Pembuatan poster	Poster	1	Rp 200.000	Rp 200.000
<b>SUB TOTAL</b>				Rp 250.000
<b>2. Perjalanan</b>				
Perjalanan	Justifikasi	Kuantitasi	Harga Satuan (RP)	Harga Jumlah
	Pemakaian			
Pengurusan izin	1 kali	1	Rp. 250.000	Rp. 250.000
<b>SUB TOTAL</b>				Rp 250.000
<b>3. Lain-lain</b>				
Lain-lain	Justifikasi	Kuantitasi	Harga Satuan (RP)	Harga Jumlah
	Pemakaian			
Publikasi	Publikasi	1	Rp. 500.000	Rp. 500.000
Koran riau pos dan tribun	publikasi	1	Rp. 500.000	Rp. 500.000
<b>SUB TOTAL</b>				Rp. 1.000.000
<b>JUMLAH TOTAL</b>				<b>Rp. 1.500.000</b>