

IDENTIFIKASI PERSONAL HYGIENE PADA SISWA KELAS X BERDASARKAN USIA DAN JENIS KELAMIN DI SMK NEGERI 1 SITUBONDO

Amelia Nur Rizqi¹, Siti Kholifah², Zuhrotul Eka Yulis Anggraeni³

ameliarizqi1818@gmail.com¹, sitikholifah@unmuh.ac.id²,

zuhrotulekayulis@unmuhjember.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Latar Belakang: Permasalahan perilaku hidup sehat pada anak biasanya berkaitan dengan kebersihan peorangan dan lingkungan seperti kebersihan gigi dan mulut, kulit, kuku, rambut, mata, hidung, telinga, pakaian harus selalu terjaga, dan kebersihan lingkungan rumah serta sekolah juga harus terjaga. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi personal hygiene pada Siswa kelas X berdasarkan usia dan jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif deskriptif. Data diambil pada tanggal 20 April – 11 Mei 2025 terhadap 125 remaja di SMK Negeri 1 Situbondo secara random sampling. Pengolahan data meliputi editing, coding, scoring, dan tabulating. Hasil analisa data didapatkan perilaku personal hygiene siswa sebagian besar baik sebanyak 63 responden (50,4%), dan hanya 1 responden yang personal hygiene kurang. Identifikasi usia responden sebagian besar berusia 15 tahun dengan perilaku personal hygiene cukup sebanyak 42 responden (33,6%), dan identifikasi jenis kelamin responden sebagian besar perempuan dengan perilaku personal hygiene baik sebanyak 45 responden (36%). Rekomendasi peneliti yaitu diharapkan institusi pendidikan sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan program UKS dan pembinaan karakter siswa khususnya pengadaan penyuluhan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Hasilnya dapat membantu sekolah menciptakan lingkungan belajar yang bersih, sehat, dan mendukung kepercayaan diri siswa.

Kata Kunci : Personal Hygiene, Usia, Jenis Kelamin, Remaja.

ABSTRACT

Background: Issues regarding healthy living behaviors among children are typically linked to personal and environmental hygiene—such as the cleanliness of teeth and mouth, skin, nails, hair, eyes, nose, ears, and clothing, as well as the maintenance of clean home and school environments. This study aims to identify the personal hygiene practices of Grade X students based on age and gender. A descriptive quantitative research design was employed. Data were collected between April 20 and May 11, 2025, from 125 adolescents at SMK Negeri 1 Situbondo using random sampling. Data processing involved editing, coding, scoring, and tabulation. The analysis revealed that the majority of students (63 respondents or 50.4%) exhibited good personal hygiene behavior, while only one respondent demonstrated poor personal hygiene. Regarding age, the largest group consisted of 15-year-olds with "fair" personal hygiene behavior (42 respondents or 33.6%); regarding gender, the majority were female students with "good" personal hygiene behavior (45 respondents or 36%). The researcher recommends that educational institutions use these findings to evaluate and improve School Health Unit (UKS) programs and student character development, specifically by organizing educational sessions on the importance of clean and healthy living habits. These results can assist the school in creating a clean, healthy learning environment that fosters student self-confidence

Keywords: Personal Hygiene, Age, Gender, Adolescents.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase transisi penting dalam rentang kehidupan manusia dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang berkisar antara usia 10 hingga 19 tahun (WHO,2022). Pada masa pematangan fidik dan psikologis ini, tantangan kesehatan utama sering kali timbul dari penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang belum optimal.

Masalah kebersihan perorangan (personal hygiene) mencakup pemeliharaan kebersihan kulit, rambut, kuku, gigi dan mulut, mata, hidung, telinga, serta pakaian.

Menurut data World Health Organization (WHO), prevalensi kepatuhan terhadap personal hygiene di beberapa negara berkembang masih relatif rendah, yaitu berkisar antara 6% hingga 27%. Penyakit akibat kebersihan diri yang buruk menempati urutan kedua terbesar (11%) setelah Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) (Dardi & Ikramullah, 2021). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2023) mencatat bahwa tingkat penerapannya kebiasaan hidup bersih pada usia remaja sekolah di Indonesia masih tergolong kurang memuaskan. Di Kabupaten Situbondo, data Dinas Kesehatan (2024) menunjukkan persentase kebiasaan menggosok gigi yang benar hanya sebesar 9%, dan perilaku mencuci tangan secara benar tercatat sebesar 26,8%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 20 siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Situbondo, ditemukan bahwa 60% (12 siswa) berada dalam kategori kebersihan diri cukup, dengan keluhan berupa kuku kotor, kebersihan gigi dan mulut yang kurang, masalah kulit, serta kotoran telinga dan rambut. Dampak dari buruknya personal hygiene antara lain memicu timbulnya penyakit diare, dermatitis, cacingan, infeksi mata, hingga gangguan psikososial seperti rendahnya rasa percaya diri. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi gambaran personal hygiene pada siswa kelas X berdasarkan karakteristik usia dan jenis kelamin di SMK Negeri 1 Situbondo.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Dalam penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang menggambarkan variabel secara apa adanya didukung dengan data-data berupa angka yang dihasilkan dari keadaan sebenarnya dengan pendekatan cross sectional

Populasi, Sampel, dan Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMK Negeri 1 Situbondo jurusan layanan perbankan syariah, teknik komputer, jaringan dan desain pemodelan, informasi bangunan yang berjumlah 182 orang. Dari populasi tersebut, dipilih 125 orang sebagai sampel penelitian. Pemilihan sampel dilakukan karena keterbatasan waktu dan tenaga untuk menjangkau seluruh populasi. Teknik sampling yang digunakan adalah random sampling, yaitu pemilihan sampel dimana setiap anggota memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner terdiri dari 21 pertanyaan

Persetujuan Etik

Penelitian ini diawali oleh uji etik yang dilaksanakan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dan dinyatakan lolos kaji etik dengan keterangan kaji etik nomor 0202/KEPK/FIKES/VII/2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Data Umum Responden

Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	54	43,2
Perempuan	71	56,8
Total	125	100

Sumber : Data primer penelitian 2025

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa distribusi jenis kelamin responden sebagian besar perempuan sebanyak 71 responden (56,8%).

Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
14 Tahun	22	17,6
15 Tahun	81	64,8
16 Tahun	22	17,6
Total	125	100

Sumber : Data primer penelitian 2025

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa distribusi usia responden sebagian besar berusia 15 tahun sebanyak 81 responden (64,8%).

Karakteristik Responden berdasarkan Jurusan

Tabel 3 Distribusi responden berdasarkan jurusan

Jurusan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Layanan perbankan syariah Teknik komputer dan jaringan Desain pemodelan dan informasi bangunan	43	34,4
	48	38,4
	34	27,2
Total	125	100

Sumber : Data primer penelitian 2025

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa distribusi jurusan responden sebagian besar jurusan teknik komputer dan jaringan sebanyak 48 responden (38,4%).

Karakteristik Data Khusus Responden

Personal Hygiene Siswa

Tabel .4 Distribusi Personal Hygiene Siswa

Personal Hygiene	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	63	50,4
Cukup Kurang	61	48,8
	1	0,8
Total	125	100

Sumber : Data primer penelitian 2025

Berdasarkan tabel 4 data personal hygiene responden sebagian besar baik sebanyak 63 responden (50,4%), dan sebagian kecil menerapkan personal hygiene yang kurang sebanyak 1 responden (0,8%).

Tabulasi Silang Usia dengan Personal Hygiene Siswa

Tabel 5 Tabulasi Silang Usia dengan Personal Hygiene Siswa

Personal Hygiene	Usia Siswa						Total	
	14 Tahun		15 Tahun		16 Tahun		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Baik	14	11,2	39	31,2	10	8	63	50,4
Cukup	8	6,4	42	33,6	11	8,8	61	48,8
Kurang	0	0	0	0	1	0,8	1	0,8
Total	22	17,6	81	64,8	22	17,6	125	100

Sumber : Data primer penelitian 2025

Berdasarkan tabel 5 usia responden sebagian besar berusia 15 tahun dengan perilaku personal hygiene cukup sebanyak 42 responden (33,6%).

Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Personal Hygiene Siswa

Tabel 6 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Personal Hygiene Siswa

Personal Hygiene	Jenis Kelamin				f	%
	Laki-laki		Perempuan			
	f	%	f	%		
Baik	18	14,4	45	36	63	50,4
Cukup	35	28	26	20,8	61	48,8
Kurang	1	0,8	0	0	1	0,8
Total	54	43,2	71	56,8	125	100

Sumber : Data primer penelitian 2025

Berdasarkan tabel 6 jenis kelamin responden sebagian besar perempuan dengan perilaku personal hygiene baik sebanyak 45 responden (36%).

Pembahasan

Identifikasi Personal Hygiene Siswa

Sebagian besar siswa memiliki tingkat personal hygiene yang baik (50,4%). Menjaga kebersihan diri sangat penting ditanamkan sejak dini untuk mencegah penyakit sekaligus meningkatkan kenyamanan dan rasa percaya diri. Meskipun secara umum sudah baik, hasil evaluasi indikator menunjukkan bahwa kebiasaan menggosok gigi (setelah sarapan dan sebelum tidur malam) masih menjadi aspek yang paling kurang. Hal ini perlu diperbaiki karena menjaga kebersihan gigi dan mulut sangat penting untuk mencegah karies dan masalah kesehatan mulut lainnya.

Identifikasi Personal Hygiene berdasarkan Usia Responden

Mayoritas responden berada pada usia 15 tahun dengan tingkat personal hygiene dalam kategori cukup (33,6%). Usia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku seseorang; semakin bertambah usia, umumnya tingkat kematangan, pengetahuan, dan pengalaman akan semakin baik. Siswa yang berada pada fase remaja menengah dan akhir ini telah banyak menyerap pengetahuan dari lingkungan, guru, maupun orang tua, sehingga mereka mampu mencontoh dan menerapkan perilaku kebersihan diri yang cukup baik dalam kesehariannya.

Identifikasi Personal Hygiene berdasarkan Jenis Kelamin

Sebagian besar responden adalah perempuan dengan perilaku personal hygiene yang tergolong baik (36%). Secara psikologis dan berdasarkan berbagai temuan literatur, anak perempuan memang memiliki kecenderungan untuk lebih peduli dan telaten dalam menjaga kebersihan serta kesehatan dirinya dibandingkan anak laki-laki. Meski demikian, laki-laki pun dapat memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang baik jika mendapatkan paparan informasi dan dukungan lingkungan sosial yang tepat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Situbondo dapat disimpulkan

1. Perilaku personal hygiene siswa sebagian besar baik sebanyak 63 responden (50,4%), dan hanya 1 responden yang personal hygiene kurang.
2. Identifikasi usia responden sebagian besar berusia 15 tahun dengan perilaku personal hygiene cukup sebanyak 42 responden (33,6%)
3. Identifikasi jenis kelamin responden sebagian besar perempuan dengan perilaku personal hygiene baik sebanyak 45 responden (36%).

DAFTAR PUSTAKA

- Asthiningsih, N. W. W. & Wijayanti, T. (2019) "Edukasi Personal Hygiene Pada Anak Usia Dini Dengan G3ctps," Jurnal Pelsut: Pelngabdian Untuk Kelseljahteraan Umat, 1(2), hal. 85–90
- Avrilinda, MS., S. KD., (2016). Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Higiene Penjamah Makanan di Kantin Muhammadiyah 2 Surabaya. e-journal Boga. Vol 5, No 2
- Aziz Alimul Hidayat. 2021. Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta : Salemba Medika
- Dardi, S., & Ikramullah, R. (2021). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Perawat Terhadap Personal Hygiene Pasien Diruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum. Journal of Health, Nursing, and Midwifery Sciences Adpertisi, 2(1)
- Jogjakarta: Kahati.
- KEPPKN. (2017). Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional
- Laily, Isro'in & Sulisty Andarmoyo, 2022. Personal Hygiene: Konsep, Proses dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Notoatmodjo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. Notoatmodjo. S. 2021. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugraheni D. 2022. Hubungan kondisi fasilitas sanitasi dasar dan personal hygiene dengan kejadian diare di Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang. J Kesehat Masy [Internet].;1(2):922–33. Available from: <http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jkm%0A>
- Nursalam, 2020, Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Edisi 4, Salemba Medika, Jakarta
- Nurudeen, A.S., dan Toyin, A. 2020. Knowledge of Personal Hygiene among Undergraduates. Journal of Health Education. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jhealthedu>
- Potter PA, Perry AG, Stockert PA, Hall A. 2019. Fundamentals of nursing vol 2-9th Indonesian edition. 9th ed.
- Puspita D, Messakh ST, Nuarika C. Gambaran personal hygiene anak usia sekolah dasar yang tinggal di sekitar tpa ngronggo salatiga pendahuluan. Kritis. 2022;22(22):12–5.
- Rosdahl, C. B. dan Kowalski, M. T. 2022, Buku Ajar Keperawatan Dasar. 10th edn, EGC, Jakarta
- Rosidin, U., dkk. 2021. Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Pada Siswa SMK Al Halim Garut. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol. 4 No. 2 Agustus 2021: Universitas Padjadjaran
- Tarwoto, Wartonah. 2019. Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan Edisi 5. Jakarta Selatan: Penerbit Salemba Medika
- Zaviera, F. (2018). Mengenal dan Memahami Tumbuh Kembang Anak.