

## Edukasi Tentang Praktik *Personal Hygiene* pada Wanita di PMB Nislawati Ridan Permai, Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar 2025

Erma Kasumayanti<sup>1\*</sup>, Endang Mayasari<sup>2</sup>, Siti Hotna<sup>3</sup>, Nislawati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Profesi Ners, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Jl. Tuanku Tambusai No.23, Bangkinang, Kec. Bangkinang, Kabupaten Kampar, Riau, Indonesia.

E-mail: [erma.nabihan@gmail.com](mailto:erma.nabihan@gmail.com)

\* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1659>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 26 June 2025

Revised: 02 July 2025

Accepted: 08 July 2025

#### Kata Kunci:

Edukasi, Personal Hygiene, Wanita, PMB Nislawati Ridan Permai, Bangkinang, Kampar.

#### Keywords:

Education, Personal Hygiene, Women, PMB Nislawati Ridan Permai, Bangkinang, Kampar.

### ABSTRACT

Kebersihan pribadi (*personal hygiene*) merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan, terutama bagi ibu yang berada dalam fase reproduktif atau yang memiliki balita. Praktik kebersihan yang baik tidak hanya berkontribusi pada kesehatan individu, tetapi berdampak secara signifikan terhadap kesehatan anak-anak mereka. Salah satu faktor kunci yang mempengaruhi praktik kebersihan pribadi adalah pengetahuan ibu tentang pentingnya kebersihan. Tujuan edukasi kesehatan tentang praktik *personal hygiene* ini yaitu; untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kebersihan pribadi, mencegah penyakit dan infeksi, meningkatkan kemandirian dan kepercayaan diri, mendorong perubahan perilaku serta membangun dukungan sosial. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan pengabdian ini diketahui, dari 20 orang ibu-ibu yang tergolong Wanita Usia Subur terdapat 90 % dengan pengetahuan baik tentang materi yang disampaikan. Peserta kegiatan sangat antusias terhadap materi yang diberikan, Peserta mampu menjawab pertanyaan dengan pada saat evaluasi setelah kegiatan edukasi Kesehatan dilaksanakan. Diharapkan ibu-ibu dapat meningkatkan praktik kebersihan pribadi mereka sehingga berdampak positif bagi Kesehatan individu dan keluarganya.

*Personal hygiene is an important aspect in maintaining health, especially for mothers who are in the reproductive phase or who have toddlers. Good hygiene practices not only contribute to an individual's health, but significantly impact the health of their children. One of the key factors influencing personal hygiene practices is the mother's knowledge about the importance of cleanliness. The aim of health education regarding personal hygiene practices is; to increase mothers' knowledge about personal hygiene, prevent disease and infection, increase independence and self-confidence, encourage behavior change and build social support. Community Service activities are carried out using lecture and demonstration methods. Based on the results of the evaluation of this service activity, it is known that of the 20 mothers classified as Women of Childbearing Age, 90% really understood the material presented. The activity participants were very enthusiastic about the material provided. Participants were able to answer questions during the evaluation after the health education activities were carried out. It is hoped that mothers can improve their personal hygiene practices so that they have a positive impact on the health of individuals and their families.*



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

**How to Cite:** Erma Kasumayanti, et al (2025). Edukasi Tentang Praktik *Personal Hygiene* pada Wanita di PMB Nislawati Ridan Permai, Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar 2025, 4(1). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1659>

## PENDAHULUAN

Personal hygiene merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan individu dan mencegah berbagai penyakit. Praktik kebersihan yang baik, seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan tubuh, dan lingkungan, berkontribusi signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental. Dalam konteks ibu-ibu yang memiliki balita dan usia subur, personal hygiene tidak hanya melindungi diri mereka sendiri tetapi juga anak-anak mereka dari risiko infeksi dan penyakit menular (Howard et al., 2022).

Kurangnya perhatian terhadap personal hygiene dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk infeksi saluran pencernaan dan penyakit menular lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa praktik kebersihan yang buruk dapat meningkatkan risiko stunting pada balita, yang merupakan masalah gizi kronis yang dapat berdampak jangka panjang pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Lestari et al., 2024; Rusdi, 2022). Selain itu, personal hygiene yang buruk juga dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental, seperti depresi, yang sering kali terkait dengan penurunan standar kebersihan diri (Stewart et al., 2021)

Edukasi tentang pentingnya personal hygiene sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan di kalangan ibu-ibu. Intervensi pendidikan yang efektif dapat membantu mengubah perilaku dan meningkatkan praktik kebersihan, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko penyakit dan meningkatkan kesehatan keluarga secara keseluruhan (Allahham et al., 2022). Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan praktik personal hygiene harus menjadi bagian integral dari program kesehatan masyarakat, terutama di komunitas yang rentan. Dengan memberikan informasi yang tepat dan relevan, ibu-ibu dapat lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan mereka, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kesehatan keluarga secara keseluruhan (Essa & Abdalmajed, 2022).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada 5 orang ibu yang memiliki balita diketahui bahwa 3 orang ibu kurang mengetahui tentang praktik kebersihan diri yang baik, 1 diantaranya mengatakan sering mengalami gatal-gatal terutama setelah selesai menstruasi. 4 orang ibu Belum terpaparnya edukasi personal hygiene pada banyak wanita.

Dari uraian permasalahan diatas maka pentingnya pemberian edukasi kesehatan di PMB Nislawati tentang pentingnya personal hygiene pada wanita.

## METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tentang edukasi kesehatan praktik personal hygiene diberikan terhadap wanita usia subur dan ibu-ibu yang memiliki anak dibawah lima tahun. Pengabdian ini dilakukan pada tanggal 11 Januari 2025 terhadap 20 orang peserta. Kegiatan ini diutamakan terhadap ibu yang memiliki anak karena beberapa alasan kesibukan mengurus anak terkadang kurang dalam melakukan kebersihan personal. Metode pelaksanaan edukasi ini berupa tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahapan evaluasi kegiatan. Pada tahap persiapan langkah yang dilalui yaitu survei tempat pelaksanaan kegiatan, pengurusan administrasi dan persiapan materi dan media yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini. Selanjutnya tahap pelaksanaan yaitu pemberian edukasi terhadap ibu-ibu yang memiliki balita dan WUS. Pemberian edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Sebelum materi diberikan peserta diberikan beberapa pertanyaan untuk mengetahui gambaran pengetahuan sebelum diberikan edukasi. Tahap evaluasi dilakukan untuk penilaian pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi atau pendidikan kesehatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi kesehatan ini dilaksanakan pada tanggal 11 Januari 2025 dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang ibu-ibu yang memiliki balita dan Wanita Usia Subur di PMB Nislawati, Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar. Kegiatan ini diawali dengan pembukaan oleh ketua pengabdian, selanjutnya memberikan Pretest tentang materi personal hygiene. Setelah pretest dilaksanakan dilanjutkan penyampaian materi edukasi praktik personal hygiene, selanjutnya diskusi dan tanya jawab. Setelah forum diskusi diakhiri dengan memberikan posttest dengan pertanyaan yang sama.

Evaluasi dari kegiatan PKM ini didapatkan, hasil dimana para ibu-ibu aktif dalam bertanya tentang materi.

**Tabel 1.** Distribusi Pengetahuan Sebelum Edukasi Kesehatan (N=20)

No	Pengetahuan Personal Hygiene	F	%
1	Baik	6	30
2	Kurang	14	70
		20	100

Dari tabel 1. Dari tabel 1 didapatkan hasil bahwa distribusi pengetahuan ibu yang memiliki Balita sebelum diberikan edukasi tentang personal hygiene sebagian besar memiliki pengetahuan kurang

**Tabel 2.** Distribusi Pengetahuan Setelah diberikan Edukasi Kesehatan (N=20)

No	Pengetahuan Personal Hygiene	F	%
1	Baik	18	90
2	Kurang	2	10
		20	100

Dari tabel 2 Didapatkan hasil bahwa distribusi pengetahuan Ibu yang memiliki Balita setelah diberikan edukasi tentang personal hygiene sebagian besar memiliki pengetahuan baik.

Dari hasil yang dijelaskan pada tabel 1.1 dan 1.2 menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan WUS tentang personal hygiene, dimana hasil pada tabel 1.1 menunjukkan distribusi pengetahuan WUS sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar dengan pengetahuan kurang sebanyak 70%. Edukasi yang baik memiliki berbagai manfaat yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku individu serta masyarakat. Salah satu manfaat utama dari edukasi adalah peningkatan pengetahuan tentang kesehatan, termasuk personal hygiene. Pengetahuan tentang personal hygiene sangat penting untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan individu, dan menciptakan masyarakat yang lebih sehat. Melalui edukasi yang tepat dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan. Pada tabel 1.2 diketahui pengetahuan WUS mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu 90 % dengan pengetahuan baik. Peningkatan pengetahuan tentang personal hygiene dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait. Salah satu faktor utama adalah edukasi kesehatan yang efektif, dukungan dari komunitas dan lingkungan sekitar, Selain itu, pengalaman langsung dari kegiatan penyuluhan serta penggunaan media komunikasi yang merupakan faktor penting dalam penyebaran pengetahuan tentang personal hygiene selama kegiatan. Peningkatan pengetahuan tentang personal hygiene dapat secara signifikan meningkatkan perilaku positif dalam perawatan diri. Ketika individu memperoleh informasi yang tepat mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, mereka cenderung mengadopsi praktik yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang baik tentang personal hygiene juga berkontribusi pada pengurangan risiko penyakit, karena individu yang sadar akan pentingnya menjaga kebersihan diri lebih mungkin untuk menghindari perilaku berisiko yang dapat menyebabkan infeksi atau penyakit (Lestari et al., 2024). Wanita yang memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang kebersihan genital cenderung lebih mampu menjaga kesehatan reproduksi mereka dan mengurangi risiko infeksi (Gözüyeşil, 2020). Selain itu, intervensi pendidikan yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan pribadi, seperti pelatihan mengenai praktik kebersihan saat menstruasi, dapat meningkatkan sikap dan perilaku positif dalam menjaga kebersihan diri. Dukungan sosial, seperti dari keluarga dan komunitas, berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik kebersihan di kalangan wanita usia subur, sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan reproduksi yang lebih baik.

## SIMPULAN

Edukasi Kesehatan tentang praktik personal hygiene kepada ibu yang memiliki balita dan Wanita usia subur di PMB Nislawati Desa Ridan Permai, Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar, efektif meningkatkan pengetahuan Wanita tentang personal hygiene. Dampak dari kegiatan PKM ini yaitu menimbulkan kesadaran bagi para wanita untuk mengetahui cara melakukan personal hygiene yang baik sebagai upaya untuk menjaga kesehatan diri dan keluarga.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada PMB Nislawati dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dan seluruh pihak yang terlibat dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

### REFERENSI

- Allahham, L., Mouselli, S., & Jakovljević, M. (2022). The Quality of Syrian Healthcare Services During COVID-19: A HEALTHQUAL Approach. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.970922>
- Essa, M. S. I., & Abdalmajed, M. A. (2022). Assessment of Personal Hygiene Attitudes Among Primary School Pupils in Umbada Locality, Khartoum State (2018-2020), Sudan. *Abc Research Alert*, 10(3), 64–71. <https://doi.org/10.18034/abcra.v10i3.639>
- Gözüyeşil, E. (2020). Investigation of Genital Hygiene Behavior: An Example of Slum Area. *Ortadoğu Tıp Dergisi*, 12(2), 186–193. <https://doi.org/10.21601/ortadogutipdersisi.715599>
- Howard, J. N., Voltmer, H., Ferrell, A., Croteau-Johnson, N., & Lepore, M. (2022). Self-Neglect: A Review of Opportunities and Barriers to Federal Policy and Research Priorities. *The Journal of Adult Protection*, 24(3/4), 149–160. <https://doi.org/10.1108/jap-01-2022-0003>
- Lestari, A. R., Indirawati, S. M., & Nurmaini, N. (2024). Analysis of Personal Hygiene Status and Basic Sanitation With the Incidence of Stunting in Toddler (Case Study of Pantai Labu Sub-District). *Contagion Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 6(1), 158. <https://doi.org/10.30829/contagion.v6i1.18729>
- Rusdi, P. H. N. (2022). Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Human Care Journal*, 7(2), 369. <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i2.1654>
- Stewart, V., Judd, C., & Wheeler, A. (2021). Practitioners' Experiences of Deteriorating Personal Hygiene Standards in People Living With Depression in Australia: A Qualitative Study. *Health & Social Care in the Community*, 30(4), 1589–1598. <https://doi.org/10.1111/hsc.13491>