

TINDAKAN KEBERSIHAN DIRI DAN KUALITAS HIDUP LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI

(Personal Hygiene Behaviour and Quality Of Life At Nursing Home)

ABSTRAK

Kristina Pae¹, Inge Wattimena², Natalia Liana Susanti¹, Elisabeth Amanda Rozeline¹

Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya¹

Fakultas Kedokteran, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya²

Email: Kristina@ukwms.ac.id

Lansia pada umumnya mengalami penurunan fungsi tubuh, penurunan pada kondisi fisik, dan mobilitas, yang berdampak kurang mampu dalam memenuhi kebersihan dirinya sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup lansia. Jenis penelitian ini korelasional dengan pendekatan desain *cross sectional*. Populasi adalah semua lansia yang mampu melakukan pemenuhan kebersihan diri secara mandiri di Panti Werda Surya Surabaya. Semua populasi diambil sebagai sampel sebanyak 50 orang. Variabel independen: tindakan kebersihan diri, variabel dependen: kualitas hidup. Instrumen tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup menggunakan kuesioner yang valid dan reliabel. Uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang melakukan kebersihan diri baik, mayoritas 69% memiliki kualitas hidup baik, sedangkan responden yang melakukan kebersihan diri buruk, mayoritas 43% memiliki kualitas hidup cukup. Ada hubungan yang signifikan ($p = 0,005$) antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup pada lansia dengan kekuatan hubungan cukup ($r = 0,389$), dan arah hubungan positif. Kebersihan diri dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, karena suatu tindakan untuk membersihkan diri adalah suatu kewajiban yang harus dilakukan untuk menjaga kondisi diri sendiri dari segala penyakit dan dapat menciptakan kenyamanan saat kondisi badan selalu bersih.

Kata Kunci: Lansia, Tindakan Kebersihan Diri, Kualitas Hidup

ABSTRACT

The elderly generally experience a decrease in body function, physical condition, and mobility, which has an impact on being unable to fulfill their personal hygiene so that it can affect their quality of life. This study aims to identify and analyze the relationship between personal hygiene and quality of life of elderly. The design was correlational with a cross sectional design approach. The population is all the elderly who are able to fulfill personal hygiene independently at Panti Werda Surya Surabaya. All populations were taken as a sample are 50 people. The independent variable is personal hygiene, the dependent variable is

quality of life. Instruments of personal hygiene measures and quality of life using a valid and reliable questionnaire. Hypothesis testing using Spearman Rank correlation test. The results showed that respondents who did good personal hygiene, the majority 69% had a good quality of life, while respondents who did bad personal hygiene, the majority 43% had a sufficient quality of life. There was a significant relationship ($p = 0.005$) between personal hygiene measures and quality of life in the elderly with sufficient relationship strength ($r = 0.389$), and the direction of the relationship was positive. Personal hygiene can affect a person's quality of life, because an action to clean oneself is an obligation that must be done to maintain one's condition from all diseases and can create comfort when the body is always clean.

Keywords: Elderly, Personal Hygiene, Quality of Life

PENDAHULUAN

Semua lansia cepat atau lambat akan mengalami perubahan pada kualitas hidupnya yang dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan (Rapley, 2003). Kesehatan fisik yang terjadi pada lansia adalah penurunan fisiologisnya, sehingga mengakibatkan keterbatasan fisik akibat perubahan fungsi muskuloskeletal pada lansia untuk melakukan kegiatan, bahkan kesulitan untuk melakukan kebersihan diri (*personal hygiene*) sehari-hari. Apabila kebersihan diri tidak dipenuhi akan berdampak pada fisik dan psikologis lansia, sehingga dapat mempengaruhi kondisi lingkungan, diri sendiri, dan kualitas hidup setiap lansia (Yuni, 2015).

Kondisi fisik yang terjadi pada lansia adalah perubahan pada sistem muskuloskeletal yang dapat mempengaruhi persendian membesar dan menjadi kaku, kram tremor dan tendon mengerut, sehingga lansia mengalami kemunduran pada gerak fungsional baik kemampuan mobilitas maupun kebersihan diri (Maryam, 2008).

Ketika lansia mengalami penurunan fungsi tubuh, maka sebagian kegiatannya akan bergantung pada orang lain dan lansia akan menjadi kurang mandiri dalam melakukan kebersihan dirinya, sehingga hal itu dapat mempengaruhi kualitas hidupnya.

Kualitas hidup secara umum mencakup semua area kehidupan: komponen lingkungan dan material, komponen fisik, mental dan sosial. Kualitas hidup merupakan konsep yang sangat individualistik, subjektif, dan multidimensional. Konsep kualitas hidup sangat berkaitan dengan menua dengan sukses, yang selalu dihubungkan dengan kesehatan fisik, kemandirian, dan kemampuan fungsional, kehidupan sosial, kemampuan memegang kendali atas diri sendiri, optimisme, arti hidup dan pencapaian tujuan hidup (Dewi, 2014). Pada dasarnya lansia mengalami kelemahan, keterbatasan dan ketidakmampuan, yang mengakibatkan kualitas hidup pada lansia menurun. Peran keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat sangat penting, oleh karena itu peran keluarga sangat dibutuhkan dalam perawatan lansia

untuk meningkatkan kualitas hidup pada lansia (Yuliati, 2014).

Berdasarkan penelitian Trisnani (2017) tentang gambaran praktik *personal hygiene* pada lansia di panti sosial lanjut usia tresna werdha kota Semarang mendapatkan hasil bahwa lansia yang memiliki tindakan kebersihan diri buruk sebanyak 62,5% dari 33 responden. Hasil penelitian pada 80 responden oleh Ramadhan dan Sabrina (2016) menunjukkan bahwa lansia yang memiliki perilaku *personal hygiene* cukup sebanyak 61,2% dan *personal hygiene* kurang 7,5% dengan citra tubuh yang negatif sebanyak 48,8%. Hasil penelitian Erdhayanti dan Kartinah (2012) menunjukkan bahwa lebih dari 54,3% lansia berpengetahuan rendah dan yang memenuhi *personal hygiene* kurang sebanyak 45,7% dari 46 responden. Fitria (2015) menunjukkan dari 80 responden lansia yang tinggal di panti 68,8% lansia memiliki kualitas hidup yang kurang.

Data di atas sejalan dengan hasil penajakan awal yang dilakukan oleh peneliti tentang lansia yang ada di Panti Werdha Surya. Dua dari 5 lansia tidak memenuhi kebersihan diri (jarang mandi, keramas, dan sikat gigi) tetapi hal tersebut tidak mengganggu dan bukan menjadi suatu masalah bagi lansia tersebut. Sedangkan 3 dari 5 lansia yang tidak memenuhi kebersihan dirinya, merasa tidak nyaman dalam melakukan aktivitas apapun seperti gabung bersama teman-teman saat ada kegiatan, tidak mau keluar kamar karena malu dengan teman-teman di panti.

Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dan menganalisis

hubungan antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup lansia.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional dengan pendekatan desain *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah semua lansia yang mampu melakukan pemenuhan kebersihan diri secara mandiri di Panti Werda Surya Surabaya. Sampel penelitian ini adalah semua populasi sebanyak 50 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Pengambilan data dilakukan di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya pada tanggal 2-3 Mei 2019.

Variabel independen penelitian adalah tindakan kebersihan diri, diukur menggunakan kuesioner tindakan kebersihan diri yang dimodifikasi oleh peneliti dari Zebua (2016) terdiri dari 16 pernyataan. Variabel dependen: kualitas hidup yang diukur menggunakan kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti yang terdiri dari 17 pernyataan.

Hasil uji validitas kuisisioner tindakan kebersihan diri terhadap 20 responden, didapatkan rentang nilai terendah sampai tertinggi adalah 0,458 (cukup tinggi) –0,723 (sangat tinggi). Sedangkan kuisisioner kualitas hidup didapatkan rentang nilai terendah sampai tertinggi adalah 0,479 (cukup tinggi) – 0,866 (sangat tinggi). Hasil uji reliabilitas kuisisioner tindakan kebersihan diri 0,873 (sangat *reliable*), dan kuisisioner kualitas hidup 0,941 (sangat *reliable*). Uji statistik yang digunakan adalah Uji Korelasi *Rank Spearman* dengan *confidence interval* 95% dan Alpha <

0.05.

HASIL

Dari 50 responden lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya yang berpartisipasi dalam penelitian ini, mayoritas lanjut usia (*elderly*) dengan rentang usia 60-74 tahun, jenis kelamin perempuan, tidak ada penyakit (sehat), tidak pakai alat bantu jalan, pendidikan terakhir SMA, dan status pernikahan menikah.

Hasil penelitian

menunjukkan bahwa tindakan kebersihan diri yang dilakukan oleh lansia dengan baik sebanyak 29 orang (58%), sedangkan lansia yang memiliki tindakan kebersihan dirinya buruk sebanyak 21 orang (42%).

Berdasarkan hasil pengumpulan data kualitas hidup sebanyak 27 orang (54%) memiliki kualitas hidup yang baik, 17 orang (34%) kualitas hidup cukup, dan 6 orang (12%) kualitas hidup kurang.

Tabel Silang Hubungan Tindakan Kebersihan Diri dan Kualitas Hidup

Tindakan Kebersihan Diri	Kualitas Hidup						Total	
	Kurang		Cukup		Baik			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Buruk	5	24%	9	43%	7	33%	21	100%
Baik	1	3%	8	28%	20	69%	29	100%
Total	6	12%	17	34%	27	54%	50	100%

Berdasarkan table di atas, menunjukkan bahwa responden yang melakukan kebersihan diri baik, mayoritas 20 orang (69%) memiliki kualitas hidup baik, sedangkan responden yang melakukan kebersihan diri buruk, mayoritas 9 orang (43%) memiliki kualitas hidup cukup.

Uji hipotesis tentang hubungan tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup pada orang lanjut usia menggunakan uji korelasi *rank Spearman* diperoleh nilai P (probabilitas) = $0.005 < \alpha$ (0,05), yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa: ada hubungan yang signifikan antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup pada lansia dengan korelasi ($r = 0,389$) yang memiliki kekuatan hubungann cukup dan korelasi positif yang berarti mempunyai hubungan yang searah, ini berarti bahwa semakin baik tindakan kebersihan diri, semakin baik pula kualitas hidup lansia di Rumah Usiawan Panti Surya Surabaya.

PEMBAHASAN

Ada hubungan yang signifikan antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup pada lansia dengan kekuatan hubungann cukup dan korelasi positif yang berarti mempunyai hubungan searah, berarti semakin baik tindakan kebersihan diri, semakin baik pula kualitas hidup lansia. Hal ini ditunjukkan pula bahwa responden yang melakukan kebersihan diri baik, mayoritas 20 orang (69%) memiliki kualitas hidup baik, sedangkan responden yang melakukan kebersihan diri buruk, mayoritas 9 orang (43%) memiliki kualitas hidup cukup. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prihati (2017) yang mengatakan bahwa ada

hubungan yang signifikan antara kemandirian *activity daily living* (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia di Kelurahan Karangasem Laweyan Surakarta dengan p value sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti semakin baik kemandirian ADL semakin tinggi pula kualitas hidup pada lansia. Sesuai dengan teori Maryam (2008) yang menjelaskan bahwa, kemandirian bagi orang lanjut usia dapat mempengaruhi kualitas hidup.

Adapun lansia yang memiliki tindakan kebersihan diri baik dengan kualitas hidup kurang sebanyak 1 orang (3%), dan 8 orang (28%) memiliki tindakan kebersihan diri baik dengan kualitas hidup cukup. Disebabkan karena lansia menggunakan alat bantu jalan dan status pernikahannya tidak menikah, sehingga dapat menyebabkan lansia merasa kesepian, tidak ada dampingan dan motivasi dari pasangan. Sesuai dengan penelitian Sutinah dan Maulani (2017) mendapatkan hasil proporsi depresi lebih tinggi hasilnya pada lansia janda/duda sampai tidak menikah.

Sedangkan 7 orang (33%) yang memiliki tindakan kebersihan diri buruk tetapi kualitas hidup baik, dan 9 orang (43%) yang memiliki tindakan kebersihan diri buruk tetapi kualitas hidup cukup. Hal ini disebabkan karena lansia mengalami haambatan dalam berjalan karena faktor usia dengan rentang nilai 76-87 tahun, dan status pendidikan SMA. Sejalan dengan teori Nofitri (2009) menjelaskan bahwa kualitas hidup akan meningkat seiring dengan tingginya tingkat pendidikan yang di dapat setiap individu.

Menurut peneliti tindakan

kebersihan diri dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang, karena suatu tindakan untuk membersihkan diri adalah suatu kewajiban yang harus dilakukan untuk menjaga kondisi diri sendiri dari segala penyakit dan dapat menciptakan kenyamanan saat kondisi badan selalu bersih.

KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara tindakan kebersihan diri dan kualitas hidup pada lansia dengan kekuatan hubungan cukup, dan arah hubungan positif berarti mempunyai hubungan yang searah, semakin tinggi tindakan kebersihan diri, semakin tinggi kualitas hidup lansia di Panti Surya Surabaya.

SARAN

Hal ini dapat menjadi sarana edukasi sewaktu memberikan promosi kesehatan untuk meningkatkan tindakan kebersihan diri lansia melalui perawatan diri secara rutin dan benar guna menunjang kualitas hidup yang optimal.

Diharapkan para lansia semakin menyadari pentingnya tindakan kebersihan diri dengan cara memperhatikan penampilan dan kebersihan agar tampak bersih, cerah, segar, tetap nyaman, dan selalu sehat.

Peneliti selanjutnya, meneliti pengaruh faktor-faktor kebersihan diri yang belum diteliti antara lain citra tubuh (*body image*), status sosial ekonomi, variabel budaya, dan kebiasaan atau pilihan pribadi terhadap kualitas hidup yang tinggal di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

Akay, T. W., & Rumend, R. R. (2015). The Correlation of Family's Knowledge With The Elderly Treatment at Home. *Buletin Sariputra*, 2(1), 1-6.

Badan Pusat Statistik (BPS). (2018). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2018. Jakarta: Badan Pusat Statistik

Bandiyah, S. (2013). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik* (1 ed.). Yogyakarta: Nuha Medika.

Faradillah & Silviana, I. (. (2013). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Higiene Di RW 04 Bantaran Sungai Ciliwung, Kelurahan Manggarai, Jakarta. *Jurnal Inohim* volume 1 Nomor 2.

Hardono, Tohiria, S., Wijayanto, W. P., & Sutrisno. (2019). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Personal Gygiene Pada Lansia. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(1), 29-40.

Iswantiah. (2016). *Personal Hygiene Konsep, Proses dan Aplikasi Dalam Peraktik Keperawatan* (1 ed.). Yogyakarta: Graha Ilmu.

Maryam, R. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: SalembaMedika.

Naing, M., & Nanthamongkolchai, S. (2010). *Quality of life of the elderly people in einme twonship irrawaddy division Myanmar*. *Asia Journal of Public Health*, 1(2), 4-10. Diunduh dari http://ns2.ph.mahidol.ac.th/phklb/knowledgefiles/7777Quality_of_Life_of_the_Elderly_People_in_Einme_T

- ownship_Irrawaddy.pdf (diakses pada tanggal 28 Mei 2019).
- Nofitri. (2009). Kualitas hidup penduduk dewasa di Jakarta. Diunduh dari www.lontar.vi.ac.id (diakses pada tanggal 7 Februari 2019)
- Onya Rosalia De Fatima Lopes, S. M. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Kebersihan Diri Dengan Tingkat Kemandirian Melakukan Aktivitas Personal Higiene Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan : Nursing News* .
- Orem, D. E. (2001). *Self-Care: A Foundational Science* . SAGE Journals.
- Padila.(2013). Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Prihati, P. A. (2017). Hubungan tingkat kemandirian activity daily (ADL) dengankualitas hidup lansia di kelurahan Karangasem kecamatan Laweyan Surakarta. *Electronic Theses and Dissertation*. Diunduh dari <http://eprints.ums.ac.id/54545/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> (diakses pada tanggal 16 Juni 2019).
- Rosmita putri & Wilanisa, (2012). Hubungan Fungsi Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Wirobrajan Yogyakarta. Yogyakarta. FKIK
- Safitri, F., Marjulita, A., & Andika, F. (2016). Hubungan pengetahuan, dukungan keluarga, dan kondisi fisik dengan personal hygiene pada lansia di UPTD Rumoh Sejahtera Geunaseh Sayang Ulee Kareng kota Banda Aceh. *Journal Of Health Care Technology And Medicine*, 2(2). Diunduh dari <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/249> (diakses pada tanggal 20 Mei 2019).
- Sutinah, & Maulani. (2017). Hubungan pendidikan, jenis kelamin, dan status perkawinan dengan depresi pada lansia. *Jurnal Endurance*, 2(2), 209-216. Diunduh dari <http://ejournal.kopertis10.or.id/index.php/endurance/article/view/1931> (diakses pada tanggal 17 Juni 2019).
- Trisani, A., Husodo, B. T., & Kusumawati, A. (2017). Gabaran Praktik Personal Hygiene Pada lansia di panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM)*, 5(2), 180-187.
- Widanar, B. S. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Dengan Perilaku Personal Hygiene Lansia di Dusun Krasakan Lumbungrejo Tempel Sleman Yogyakarta*. Retrieved Juni 11, 2020, from <http://digilib.unisayogya.ac.id/2604/1/naskah%20publikasi%20Shinta%20Widanar%20B.%20201310201055.pdf>
- Yuni. (2015). *Personal Hygiene* (1 ed.). Yogyakarta: Nuha Medika.