

GAMBARAN PERSONAL HYGIENE PADA SISWA SISWI DI SEKOLAH DASAR KATOLIK SADI

Lydia Elsyani Seran¹, Veronika Nitsae², Handrianus Akoit³

^{1,2,3}Prodi Keperawatan Universitas Timor

Artikel Info

Genesis Artikel:

Dikirim: 20 Februari 2026
Diterima: 12 Juli 2026
Dipublikasi: 31 Agustus 2026

Kata Kunci:

Kebersihan Diri; Siswa Sekolah Dasar; Tingkat Personal Hygiene

ABSTRAK

Anak usia sekolah memiliki sensitifitas yang lebih tinggi terhadap infeksi virus, lingkungan, udara dan bakteri. Hal ini yang membuat anak lebih mudah terserang berbagai penyakit jika kebersihan diri tidak dijaga dengan baik. Kebersihan diri adalah langkah awal dalam mewujudkan kesehatan diri karena tubuh yang bersih meminimalkan resiko terjangkit suatu penyakit. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *Personal Hygiene* pada siswa siswi di SDK Sadi. **Metode:** Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif yang dilakukan pada siswa siswi Sekolah Dasar Katolik Sadi pada tanggal 14 sampai 20 Februari 2025. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 100 responden, teknik sampling yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 62 responden (62%) memiliki *Personal Hygiene* yang cukup, sebanyak 31 responden (31%) memiliki *Personal Hygiene* yang baik dan sebanyak 7 responden (7%) memiliki *Personal Hygiene* kurang. **Kesimpulan:** sebagian besar siswa siswi di SDK Sadi memiliki *Personal Hygiene* yang cukup

Keywords:

Personal Hygiene;
Elementary School
Students; Level of
Personal Hygiene

ABSTRACT

Background: School-aged children have a higher sensitivity to viral infections, environmental factors, air, and bacteria. This is what makes children more susceptible to various diseases if personal hygiene is not well maintained. Personal hygiene is the first step in achieving personal health because a clean body minimizes the risk of contracting a disease. **Purpose:** This study aims to understand the overview of *Personal Hygiene* among students at SDK Sadi. **Method:** This research is a quantitative descriptive study conducted on the students of SDK Sadi from February 14 to 20, 2025. The sample size in this study was 100 respondents, and the sampling technique used in this study was *purposive sampling*. **Results:** The results of this study show that 62 respondents (62%) have adequate *Personal Hygiene*, 31 respondents (31%) have good *Personal Hygiene*, and 7 respondents (7%) have poor *Personal Hygiene*. **Conclusion:** Most of the students at SDK Sadi have adequate personal hygiene.

Penulis Korespondensi:

Veronika Nitsae,
Email : veronikanitsae@unimor.ac.id

PENDAHULUAN

Anak usia Sekolah Dasar (SD) berada pada rentang usia 6-12 tahun. Pada usia sekolah anak-anak mempunyai banyak aktivitas yang seringkali berhubungan langsung dengan lingkungan yang kotor sehingga menyebabkan anak-anak mudah terserang penyakit (Triasmari & Kusuma, 2019). Anak usia sekolah memiliki sensitifitas yang lebih tinggi terhadap infeksi virus, lingkungan, udara dan bakteri. Hal ini yang membuat anak lebih mudah terserang berbagai penyakit jika kebersihan diri tidak di jaga dengan baik (Abram et al., 2021). Masalah kesehatan pada anak usia sekolah sangat beragam seperti gigi berlubang, infeksi kulit, diare dan cacingan. Salah satu penyebabnya terkait dengan kebersihan diri dan lingkungan dimulai dari perilaku dasar seperti menyikat gigi tidak tepat, mencuci tangan tanpa sabun, mengonsumsi makanan yang tidak sehat serta tidak menjaga kebersihan diri (Roin, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) di beberapa negara berkembang populasi umum pravelensi *personal hygiene* yang buruk di Amerika presentase kejadian perilaku *personal hygiene* sekitar 60%, Swedia 72%, Mesir 75% dan Indonesia 55% (WHO, 2015). Berdasarkan data statistik di Indonesia menunjukkan

ada 43,3 juta jiwa yang berusia 10-14 tahun memiliki perilaku *personal hygiene* yang sangat buruk (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Senada dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, et al. (2017) mengenai gambaran *personal hygiene* pada sekolah dasar inpres 3/77 Ranowangko kecamatan Tombariri kabupaten Minahasa menggambarkan perilaku *personal hygiene* siswa masih rendah dan dalam penelitian determinan *personal hygiene* pada anak usia 9-12 tahun yang dilakukan Kusuma (2019), hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 30,1% kurang baik dalam melakukan *personal hygiene*. Adapun peneliti sebelumnya (Fatmawati YT, 2018) mengenai perilaku *personal hygiene* siswa Sekolah Dasar Negeri Kota Jambi menunjukkan bahwa 48% responden memiliki *personal hygiene* yang buruk. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SDK Sadi dengan jumlah responden sebanyak 30 menunjukkan bahwa sebanyak 56,7% memiliki perilaku *personal hygiene* yang cukup dan 20,0% memiliki perilaku *personal hygiene* yang kurang.

Realitas banyak anak usia sekolah yang masih banyak kesulitan menjaga kebersihan diri, terutama dalam

kemampuan menjaga kebersihan tangan dan kuku, kesehatan gigi dan mulut, serta kebersihan rambut dan berpakaian (Rusdin et al., 2022). *Personal hygiene* pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor umum biasanya meliputi pengetahuan, perilaku anak-anak terhadap *personal hygiene*, peran guru di sekolah, peran dan dukungan orang tua, ketersediaan sarana dan prasarana kebersihan diri, juga akses terhadap media-media kesehatan. Adapun faktor lain seperti kebudayaan, agama, lingkungan, tingkatan perkembangan sesuai usia, kesehatan, energik serta preferensi pribadi (Kusuma, 2019; Kozier & Erb, 2009).

Anak sekolah yang kurang menjaga kebersihan diri dapat mengakibatkan terjadinya gangguan pada fisik dan juga psikososial. Gangguan fisik yang sering terjadi seperti kerusakan gigi yang menyebabkan nyeri, gigi berlubang adapun dampak lain pada fisik seperti penyakit kulit, diare cacingan gangguan integritas kulit, infeksi mata dan kuku hitam (Tantry et al, 2019). sedangkan pada gangguan sosial biasanya sering terjadi masalah yang

terkait dengan psikososial seperti penurunan kontak sosial dan juga penurunan kepercayaan diri (Marga, 2022).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengetahui perilaku *personal hygiene* yang buruk yaitu dengan melakukan skiring awal pada anak Sekolah Dasar dengan melakukan skiring tentang *personal hygiene* pada anak berfungsi untuk memastikan anak-anak memiliki dasar pengetahuan dan praktik yang baik dalam menjaga kebersihan diri (Irawati & Haidar, 2023). Skiring awal pada anak Sekolah Dasar juga dapat meningkatkan derajat kesehatan anak secara optimal dan dapat dideteksi secara dini masalah kesehatan anak Sekolah sehingga bisa ditindaklanjuti.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Gambaran *personal hygiene* pada siswa-siswi di Sekolah Dasar Katolik Sadi”.

METODE

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif yang dilakukan pada siswa siswi Sekolah Dasar Katolik Sadi pada

tanggal 14 sampai 20 Februari 2025. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 100 responden, teknik sampling

yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, dengan kriteria Siswa-siswi yang bersedia mengikuti proses penelitian, Siswa-siswi yang berusia 6-12 tahun. Instrument penelitian

yang digunakan adalah kuesioner *personal hygiene* pada anak usia sekolah. Analisis data menggunakan SPSS 25.0 dengan uji univariat untuk menentukan gambaran distribusi frekuensi terkait tingkat *personal hygiene* pada anak Sekolah Dasar.

HASIL

Karakteristik demografi responden yang diamati dalam penelitian ini berdasarkan umur, jenis kelamin. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik *Personal Hygiene* berdasarkan umur di SDK Sadi

Variabel		(n)	(%)
Umur	6 tahun	10	10
	7 tahun	16	16
	8 tahun	24	24
	9 tahun	10	10
	10 tahun	6	6
	11 tahun	20	20
	12 tahun	14	14
Jenis kelamin	Laki-Laki	41	41
	Perempuan	59	59
Total		100	100

Sumber: Data primer, Februari 2025

Tabel 1 menunjukkan mayoritas usia yang pada penelitian ini adalah usia 8 tahun sebanyak 24 (24 %), usia 11 tahun sebanyak 20 (20%), sedangkan usia 7 tahun sebanyak 16 (16 %), usia 12 tahun sebanyak 14 (14 %), usia 6 tahun sebanyak 10 (10 %), usia 9 tahun sebanyak 10 (10

%), dan usia terendah 10 tahun sebanyak 6 (6 %), dari total keseluruhan responden. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin siswa-siswi kelas di Sekolah Dasar Katolik Sadi adalah laki -laki sebanyak 41 responden (41%), dan perempuan sebanyak 59 responden (59 %).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan tingkat *Personal Hygiene* di SDK Sadi.

Variabel		(n)	%
<i>Personal Hygiene</i>	Baik	31	31
	Cukup	62	62
	Kurang	7	7
Total		100	100

Sumber data : Data primer, Februari 2025

Tabel 2 menunjukkan, perilaku *personal hygiene* dari 100 responden yang diteliti diketahui bahwa yang memiliki *personal hygiene* cukup sebanyak 62 responden (62%), *personal hygiene* baik sebanyak 31 responden (31%) dan *personal hygiene* kurang sebanyak 7 responden (7%).

PEMBAHASAN

Personal hygiene merupakan salah satu aspek penting dalam menunjang kesehatan individu, terutama bagi anak usia sekolah dasar yang masih berada dalam tahap perkembangan fisik dan psikososial. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Dasar Katolik Sadi, ditemukan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori cukup dalam hal kebersihan diri, dengan presentase sebesar 62%, dan sebanyak 31% siswa memiliki *personal hygiene* yang baik dan 7% siswa di SDK Sadi memiliki tingkat *personal hygiene* yang kurang. Kondisi ini mengindikasikan masih adanya celah dalam praktik kebersihan sehari-hari yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut, baik dari pihak sekolah, orang tua, maupun lingkungan sekitar. Kondisi *personal hygiene* yang kurang juga pada anak dapat berdampak luas, tidak hanya pada kesehatan fisik tetapi juga pada aspek psikologis dan sosial. Anak-anak yang memiliki kebersihan diri yang buruk sering kali mengalami stigma sosial, yang dapat mengurangi rasa percaya diri mereka (Tantry et al., 2019). Penurunan kepercayaan diri ini dapat berpengaruh pada interaksi sosial dan perkembangan

psikososial anak, yang penting dalam fase pertumbuhan mereka.

Data dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok usia terbesar dalam penelitian ini adalah anak usia 8 tahun, yang mencakup 24% dari total responden. Pada usia ini, anak-anak sering kali masih dalam tahap belajar dan mengembangkan kebiasaan. Sebagaimana dijelaskan oleh Triasmari dan Kusuma (2019), anak usia sekolah dasar cenderung memiliki keterpaparan yang lebih tinggi terhadap lingkungan yang kotor, sehingga menjadikan mereka kelompok lebih rentan terhadap masalah kesehatan jika kebersihan diri tidak dijaga dengan baik.

Berdasarkan hasil observasi langsung, terdapat beberapa indikator *personal hygiene* yang masih memerlukan intervensi lebih lanjut, antara lain kebersihan rambut, kuku dan gigi. Meskipun 62% siswa berada dalam kategori yang cukup masih banyak yang perlu diperbaiki seperti kondisi rambut yang bersih tidak hanya membuat anak terlihat rapi, tetapi juga mencegah masalah kulit kepala seperti ketombe dan infeksi. Rambut yang tidak dicuci secara rutin dapat menjadi media berkembangnya mikroorganisme penyebab penyakit,

seperti jamur dan bakteri. Rambut yang bersih mencerminkan kondisi kesehatan yang baik dan berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri anak (Syalsabila et al, 2024).

Kebersihan gigi dan mulut juga menjadi fokus penting dalam penelitian ini. Banyak anak-anak usia sekolah dasar mengalami masalah seperti gigi berlubang akibat kurangnya perhatian terhadap kebersihan mulut. Padahal, menjaga kesehatan gigi dan mulut merupakan investasi jangka panjang bagi kualitas hidup. Sukmawati et al. (2023) menegaskan bahwa pentingnya menyikat gigi dua kali sehari dengan teknik yang benar dapat mencegah penumpukkan plak yang dapat menyebabkan kerusakan gigi. Gigi dan mulut adalah bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya, kebersihan gigi mengacu pada praktik menjaga mulut dan gigi agar bersih dan sehat untuk mencegah penyakit. Mulut dan gigi yang baik dapat memberikan napas segar dengan menggosok gigi secara rutin dan benar dapat dilakukan 2 kali dalam sehari yaitu selesai makan dan sebelum tidur sehingga dapat mengurangi terjadinya plak pada permukaan gigi (Siswandi et al., 2022). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan perlu dilakukan secara terus-menerus melalui pendekatan

yang menyenangkan dan sesuai dengan usia anak untuk meningkatkan praktik kebersihan diri.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti berasumsi bahwa peran pendidikan kesehatan di sekolah menjadi sangat penting dalam membentuk pola pikir dan perilaku siswa terhadap *personal hygiene*. Pendidikan kesehatan memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku kebersihan anak. Kusuma (2019) dalam studi yang berjudul "Determinan *Personal Hygiene* Pada Anak Usia 9–12 Tahun" menyebutkan bahwa program pendidikan kesehatan yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik *personal hygiene* di kalangan anak-anak. Penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam pendidikan kesehatan secara aktif lebih cenderung menerapkan kebiasaan kebersihan diri yang lebih baik. Sekolah sebagai institusi formal memiliki tanggung jawab untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar yang dapat diterapkan anak dalam kehidupan sehari-hari. Materi tentang cara mencuci tangan yang benar, pentingnya menyikat gigi, dan menjaga kebersihan tubuh seharusnya diintegrasikan dalam kurikulum melalui kegiatan pembelajaran ekstrakurikuler. Hal ini diperkuat oleh penelitian Fatmawati

(2018) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan yang efektif secara berkelanjutan dan kontekstual dapat meningkatkan kesadaran serta perubahan perilaku ke arah yang lebih positif.

Selain dari pihak sekolah, keluarga sebagai lingkungan pertama dan utama bagi anak juga memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan kebiasaan kebersihan. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga dengan pola hidup bersih dan sehat akan lebih mudah meniru dan menginternalisasi kebiasaan tersebut. Sebaliknya, ketidakterlibatan orang tua dalam membimbing anak mengenai kebersihan diri dapat menyebabkan terbentuknya kebiasaan negatif yang sulit diubah. Sukmawati et al. (2023) menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua dalam pendidikan kebersihan memiliki

korelasi yang signifikan dengan perilaku higienis anak.

Faktor eksternal lain yang juga turut berkontribusi terhadap praktik personal hygiene adalah ketersediaan sarana dan prasarana sanitasi. Sekolah yang menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai, seperti toilet yang bersih, tempat mencuci tangan, serta ketersediaan sabun, akan mendorong anak untuk menerapkan perilaku hidup bersih secara konsisten. Sebaliknya, keterbatasan akses terhadap fasilitas tersebut dapat menjadi hambatan utama bagi anak dalam menjaga kebersihan diri. menurut Roin (2017) menyebutkan bahwa lingkungan sekolah yang mendukung praktik sanitasi akan berdampak langsung pada peningkatan kualitas kesehatan siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil skrining menggunakan lembar observasi *personal hygiene* pada siswa siswi di sekolah dasar katolik Sadi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa siswi memiliki *personal hygiene* yang cukup dengan presentase sebesar 62%, 31% siswa siswi yang memiliki *personal hygiene* yang baik dan 7% siswa siswi memiliki *personal hygiene* yang kurang. Diharapkan kepada pihak sekolah

untuk menyediakan sarana prasarana seperti tempat mencuci tangan di setiap ruangan kelas untuk membantu siswa menjaga kebersihan dan meningkatkan *personal hygiene* para siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih sampaikan kepada siswa siswi SDK Sadi dan pihak sekolah yang telah mengijinkan kami melakukan penelitian di sekolah yang dikelola. Tim peneliti juga berterima kasih kepada pihak Prodi Keperawatan

Universitas Timor yang telah memberikan dukungan selama proses pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abram, G., Suwarso, F., Budhi, G. S., & Dewi, L. P. (2021). Sistem Pakar Untuk Penyakit Anak Menggunakan Metode Forward Chaining. *Jurnal Infra*, 3(2), 18–24.
- Angraini, L., Pinontoan, O., & Boky, H. (2017). Gambaran Personal Hygiene Siswa Sekolah Dasar Inpres 3/77 Ranowangko Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat universitas Sam Ratulangi*, 6(4).
- Fatmawati, T. Y. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang personal hygiene pada anak usia sekolah di SDN 206/IV Kota Jambi. *Jurnal Akademi Baiturrahim Jambi*, 7(1), 10-16.
- Irawati, S.N., & Haidar, M. (2023). Internalization Of Personal Hygiene And Health In Early Childhood In The School And Family Environment. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 11(1), 145-152
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kusuma, A. N. (2019). Determinan Personal Hygiene Pada Anak Usia 9–12 Tahun. *Faletehan Health Journal*, 6(1), 37-44
- Rejeki, S. (2015). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta: Kemenkes RI
- Roin. (2017). Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Pola Hidup Sehat Siswa Kelas V dan VIII SD Negeri Janten Kecamatan Temon Kabupaten Kulonprogo. *Jurnal PGSD Penjaskes*, 1-8
- Rusdin, R., Andriani, M., Yanti, S., & Shandi, S. A. (2022). Peran Mata Pelajaran Olahraga terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Kebersihan Diri di Desa Belo Kabupaten Bima. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 12(1), 5-10.
- Syalsabila, Try., et al. (2024). Hubungan Terhadap Kondisi Rambut Mahasiswa Departemen Tata Rias dan Kecantikan di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pariwisata Indonesia (Tamasya)*, 1(4), 1-8
- Siswandi, A., et al. (2022). Pentingnya Perawatan Kesehatan Gigi dan Mulut. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 5(2), 120-125
- Sukmawati, A. S., Isrofah, I., Yudhawati, N. L. P. S., Suryati, S., Putra, I. K. A. D., Juwariyah, S., & Ifadah, E. (2023). Buku Ajar Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta: PT. Sonpedia Publishing Indonesia
- Tantry, Y.U., Solehati, Tetty dan Yani, D.I., (2019), Gambaran Pengetahuan ,

Sikap, dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi Pada Siswi SMPN 13 Bandung, Jurnal Keperawatan 10(1): 146-154.
Triasmari, U., & Kusuma, A. (2019). Determinan Personal Hygiene Pada

Anak Usia 9–12. Tahun. Faletahan Health Journal, 6(1), 37
World Health Organization. (2015). World health statistics 2015. Geneva: World Health Organization

