
PENGEMBANGAN KONSEP DIRI TENTANG PERSONAL HYGIENE PADA REMAJA DI PANTI SOSIAL SIBORONG-BORONG

**Paruhum Tiruon Ritonga*¹, Janner Pelanjani Simamora², Naomi Isabella Hutabarat³, Urhuhe
Dena Siburian⁴**

¹²³⁴ **PRODI D-III KEBIDANAN TARUTUNG POLTEKKES KEMENKES MEDAN**

Email: paruhumr@gmail.com*¹

ABSTRAK

Konsep diri adalah suatu kesadaran seseorang yang dapat mengenai siapa dirinya. Pada awalnya, pada saat masih bayi siapapun belum memiliki konsep diri. Pada masa kanak - kanak dan remaja konsep diri mulai terbentuk, tapi masih sangat tidak stabil. Personal hygiene penting untuk remaja agar remaja dapat mengembangkan dan mengubah konsep diri untuk lebih mengerti arti personal hygiene tersebut dan di mulai dari dalam diri remaja dan diberitahukan kepada remaja dengan berupa promosi kesehatan dan tidak semua orang tahu bagaimana cara menggunting kuku dan pada saat keadaan bagaimana kuku tersebut di gunting dan bagaimana langkah langkah mencuci tangan yang dilakukan oleh Tim pengabdian masyarakat Diploma III Kebidanan Tarutung. Pelaksanaan promosi tersebut berupa teori dan praktek. Materi diberikan dan penyediaan modul dan alat alat praktek dalam mendorong kegiatan ini. Kegiatan tersebut diberikan dan diawasi langsung oleh tim dan setelah dilakukan kegiatan tim masih melakukan pengawasan terhadap remaja yang berada di panti tersebut dan hasilnya 85% remaja melakukan dan mengembangkan diri dengan melakukan personal hygien antara lain cuci tangan dan gunting kuku.

Kata Kunci : Konsep diri, personal hygiene, remaja

ABSTRACT

Self-concept is a person's awareness of who he is. At first, when you were a baby, anyone didn't have a self-concept. In childhood and adolescence the self-concept begins to take shape, but is still very unstable. Personal hygiene is important for adolescents so that adolescents can develop and change self-concepts to better understand the meaning of personal hygiene and it starts from within adolescents and is notified to adolescents in the form of health promotion and not everyone knows how to cut nails and when the conditions are like nails scissors and how the steps for washing hands were carried out by the Tarutung Diploma III Midwifery Community Service Team. The promotion is in the form of theory and practice. Materials are provided and the provision of modules and practical tools to encourage this activity. This activity was given and supervised directly by the team and after the activity the team still supervised the teenagers who were in the orphanage and the result was that 85% of the youth did and developed themselves by doing personal hygiene, including washing hands and nail clippers.

Keywords: *Self-concept, personal hygiene, adolescents*

I. Pendahuluan

Konsep diri adalah suatu kesadaran seseorang yang dapat mengenai siapa dirinya. Pada awalnya, pada saat masih bayi siapapun belum memiliki konsep diri. Pada masa kanak-kanak dan remaja konsep diri mulai terbentuk, tapi masih sangat tidak stabil. Faktor eksternal masih sangat besar pengaruhnya. Seiring dengan berjalannya waktu, konsep diri mulai terbentuk dan menjadi relatif lebih stabil.

Untuk memperoleh kualitas kemampuan yang layak, manusia dihadapkan dalam dunia pendidikan formal atau non formal yang mana pendidikan tersebut memiliki tujuan untuk mengadakan suatu perubahan mutu sehingga lulusan yang telah dihasilkan akan mampu menghadapi persaingan di dunia luar. Pendidikan formal dapat dicapai atau dilalui dengan menikmati adanya suatu fasilitas yang telah disediakan oleh pemerintah demi menjamin mutu bangsa yaitu dengan didirikannya lembaga pendidikan sekolah, sedangkan pendidikan informal didapat baik dalam lingkungan keluar atau masyarakat seperti ajaran tentang attitude atau sikap dalam bertingkah laku yang diberikan kepada kita.

Personal hygiene sangatlah penting untuk remaja tersebut mengetahuinya agar remaja dapat mengembangkan dan mengubah konsep diri untuk lebih mengerti arti personal hygiene tersebut dan di mulai dari dalam diri remaja tersebut. Personal hygiene harus diajarkan karena personal hygiene tersebut berupa promosi kesehatan dan tidak semua orang tahu bagaimana cara menggunting kuku dan pada saat keadaan bagaimana kuku tersebut di gunting dan bagaimana langkah langkah mencuci tangan.

Tim pengabdian masyarakat Diploma III Kebidanan Tarutung sudah melakukan komunikasi kepada pimpinan yang berada dipantai sosial untuk mengajarkan dan memberitahukan serta mensosialisasikan pengembangan konsep diri tentang personal hygiene di pantai sosial di siborong borong.

Banyak para remaja belum tahu tentang konsep diri kesehatan personal hygiene. Maka melalui pengabdian masyarakat ini remaja dapat mengetahui dan melakukan konsep diri personal hygiene, yang dikaji dan di sosialisasikan adalah berupa cara memotong kuku dan mencuci tangan. Para remaja di pantai sosial ini masih ada yang menggunting kukunya sampai berdarah dan mengorek kukunya sampai kedalaman sehingga menimbulkan luka di seputaran kuku dan memakan sesuatu tanpa melakukan cuci tangan. Para remaja juga tidak tahu baiknya menggunting kuku adalah setelah selesai mandi atau setelah selesai dibersihkan dan dibasuh dengan air agar kuku tersebut lembek sebelum di gunting. Pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan para remaja antusias untuk mengetahui konsep diri tentang kesehatan tersebut seputaran menggunting kuku dan mencuci tangan. Maka target yang diupayakan untuk solusi permasalahan yang diberikan melalui kegiatan tersebut pada remaja adalah :

1. Menjelaskan mengenai teori konsep diri sehingga remaja mengerti dan tahu apa itu konsep diri
2. Menjelaskan tentang perihal kesehatan dan pentingnya mengetahui tentang personal hygiene
3. Menjelaskan dan menerangkan teori fungsi menggunting kuku dan mencuci tangan serta langkah langkah dalam melakukannya
4. Mempraktekkan kepada remaja cara menggunting kuku dengan benar dan mencuci tangan dengan benar
5. Menyediakan slide atau powerpoint dan modul tentang kesehatan kepada remaja yang berada di panti sosial tersebut.

Hasil yang diperoleh berupa output dari para remaja yang berada di panti sosial dalam pengabdian masyarakat tersebut adalah :

1. Para remaja mengerti tentang konsep diri dan menambah pengetahuan mereka tentang konsep diri

2. Mengerti dan menambah pengetahuan tentang personal hygiene
3. Mengerti tentang teori menggunting kuku dan mencuci tangan
4. Para remaja dapat merubah perilakunya untuk memperhatikan kuku dan selalu menggunting kuku dengan benar dan mencuci tangan dengan langkah langkahnya
5. Pemberian slide atau powerpoin dan modul untuk membantu remaja agar dapat mengingat kembali tentang materi yang sudah diberikan dan diajarkan agar suatu saat nanti jika lupa atau ada oranglain yang tidak mengetahui, remaja tersebut dapat memberitahukannya.

II. Metode

Langkah langkah dan tahap tahap yang dilakukan untuk mencapai tujuan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Materi yang diperoleh dan dibagikan dengan menggunakan slide powerpoin dan modul dan memperagakan cara menggunting kuku dan cuci tangan serta mengadakan alat alat yang akan diperagakan dan dipraktekkan
2. Fasilitas dan tempat sudah disediakan dan alat pendukungnya adalah infokus, laptop, alat peraga, air dan baskom
3. Membagikan gunting kuku, sabun cair kepada setiap remaja yang mengikuti kegiatan ini
4. Menjelaskan tentang teori konsep diri dan konsep diri kesehatan dan personal hygiene
5. Mempraktekkan kepada remaja tahap dan langkah langkah menggunting kuku dan mencuci tangan
6. Remaja melakukan tahap dan langkah langkah menggunting kuku dan mencuci tangan
7. Membahas kasus yang berkaitan tentang menggunting kuku, yaitu luka di sekitar

kuku, kuku yang terlalu pendek, luka pada saat menggunting kuku dan luka tersebut akan mengakibatkan bernanah (pus) serta kasus karena tidak mencuci tangan dan mengakibatkan penyakit yang lebih serius

Selama kegiatan ini berlangsung tim pengabdian masyarakat di damping oleh pimpinan panti dan seluruh peserta antusias mengikuti kegiatan ini sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan para remaja merasa lebih mengetahui tentang kesehatan dan merubah perilaku mereka untuk mengikuti semua yang dianjurkan dan menambah pengetahuan para remaja yang ada di panti sosial tersebut.

Tim Pengabdian masyarakat melakukan monitoring dan pengecekan 2 kali dalam seminggu pasca dilakukan kegiatan ini gunanya adalah untuk meninjau para remaja melakukan gunting kuku dan cuci tangan tanpa di lihat oleh oranglain dan mengaplikasikannya dengan kesadaran sendiri.

III. Hasil dan Pembahasan

Materi Kegiatan

Berkaitan dengan kegiatan yang dilakukan dengan materi yang sudah diberikan dan di praktekkan adalah sebagai berikut:

A. Pengertian Konsep Diri

konsep diri (*self concept*) adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri; penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan.

B. Pengetian Personal Hygiene

Personal hygiene berawal dari bahasa Yunani, berasal dari kata Personal yang artinya perorangan dan Hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis

C. Pengertian Menggunting kuku

Memotong kuku adalah mengurangi panjang kuku baik tangan atau kaki dengan

menggunakan pemotong kuku agar kotoran tidak masuk ke dalam tubuh melalui kuku sehingga kuku tetap dalam keadaan sehat dan bersih. Menjaga kebersihan kuku merupakan aspek penting dalam mempertahankan perawatan diri karena kuman dapat masuk ke dalam tubuh melalui kuku, dan yang bermanfaat mencegah infeksi, rasa nyaman, bau kaki dan cidera pada jaringan lunak disekitar kuku

D. Praktek Personal Hygiene cuci tangan dan menggunting kuku

Tahapan dan langkah langkah menggunting kuku dan mencuci tangan

E. Persiapan Alat Menggunting kuku

- Gunting kuku dan pengikir
- Sabun
- Aseton
- Handuk
- Baskom

Langkah Langkah

- Mencuci tangan dengan menggunakan sabun
- Mengeringkan dengan handuk
- Bersihkan kuku dari cat kuku dengan menggunakan aseton
- Rendam kuku dengan air hangat selama 1 – 2 menit
- Keringkan
- Potong kuku sesuai dengan lekukan kuku dengan tangan lurus dan tidak boleh sampai batas dasar kuku, dan kikir kuku pada pinggiran pinggiran kuku
- Cuci tangan kembali
- Cuci peralatan kembali

F. Persiapan Alat

- Sabun
- Air

Tahapan atau langkah langkah mencuci tangan

- Basahi tangan dan tuangkan atau oleskan produk sabun di telapan tangan.
- Tangkupkan kedua telapak tangan dan gosokkan produk sabun yang telah dituangkan.
- Letakkan telapak tangan kanan di atas punggung tangan kiri dengan jari yang terjalin dan ulangi untuk sebaliknya.
- Letakkan telapak tangan kanan ke telapak tangan kiri dengan jari saling terkait.
- Tangan kanan dan kiri saling menggenggam dan jari bertautan agar sabun mengenai kuku dan pangkal jari.
- Gosok ibu jari kiri dengan menggunakan tangan kanan dan sebaliknya.
- Gosokkan jari-jari tangan kanan yang terenggam di telapak tangan kiri dan sebaliknya.
- Bilas dan keringkan. Setelah kering, tangan Anda sudah aman dari bakteri dan kotoran.

Gambar Pemberi Materi



Foto Bersama dalam pemberian Simbolis



Foto Bersama bersama remaja di panti



IV. Kesimpulan

Berdasarkan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan pada remaja di panti sosial siborong – borong dapat diambil kesimpulan secara dengan baik dan lancar. Materi yang sudah diberikan oleh para pemateri 92% dan para remaja yang telah melaksanakan kegiatan ini dari hasil pengamatan setelah diberikan materi dan remaja dapat merubah konsep diri mereka sebanyak 85% dan pemateri berharap akan meningkat lagi remaja yang akan merubah

bersama sama bahwa pengabdian yang dilakukan tersebut sudah sesuai dengan kebutuhan para remaja di panti sosial dan dan sudah dilaksanakan dan berjalan

konsep diri mereka sehingga mencapai 100% dapat melakukannya.

Kami berterimakasih kepada pihak-pihak antara lain pemimpin panti sosial yang berada di siborongborong, para remaja yang tinggal dipanti dan pihak lain.

Daftar Pustaka

- Aisyah, S. (2015). *Perkembangan peserta didik dan bimbingan belajar*. Deepublish.
- Arsyad, A. (2011). *Media pembelajaran*. GEN, Jakarta: PT Raja grafindo persada.
- Burton, M., Cobb, E., Donachie, P., Judah, G., Curtis, V., & Schmidt, W. P. (2011). The effect of handwashing with water or soap on bacterial contamination of hands. *International journal of environmental research and public health*, 8(1), 97-104.
- Artika, M., Nurhayati, N., & Alioes, Y. (2017). Hubungan Kebiasaan Mencuci Tangan dan Memotong Kuku dengan Kejadian Giardiasis Asimtomatik. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(1), 70-75.
- Depkes, R. I. (2010). *Pedoman Penatalaksanaan Program P2 Diare*. Direktorat Jendral Pemberantasan Penyakit Menular dan Penyehatan Lingkungan Pemukiman: Jakarta.
- Desmita, D. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fernanda, M. M., & Sano, A. (2012). Hubungan antara Kemampuan Berinteraksi Sosial dengan Hasil Belajar. *Konselor*, 1(2).
- Frionita, D. P. (2016). *"HUBUNGAN PENGETAHUAN KESEHATAN KUKU TERHADAP PERILAKU UNTUK MELAKUKAN PERAWATAN KUKU "(Studi Korelasional pada Ibu Rumah Tangga di Rt. 0018 Rw. 012 Kelurahan Penggilingan Kecamatan Cakung Jakarta Timur)* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Sari, N. (2014). *Buku Pintar Kepribadian Wanita*.
- Zakarya, Y. N., Dewi, E. I., & Susanto, T. (2016). Pengaruh Pelatihan Cuci Tangan Bersih dengan Metode Bermain Puzzle terhadap Kemampuan Melakukan Cuci Tangan Anak Tunagrahita di SDLB-C TPA Kabupaten Jember (The Effect of Hands Washing Training with Puzzle Method to Ability to Wash Hands of Children with. *Pustaka Kesehatan*, 4(3), 563-567.
- Zahroh, R., Syaiful, Y., Gustomi, M. P., Fatmawati, L., ST, S., Umah, K., ... & Basri, A. H. (2019). *BUKU PANDUAN PRAKTIKUM LABORATORIUM KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK*. Jakad Media Publishing.