

## PENGETAHUAN, PERSONAL HYGIENE, DAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI DESA BANTAR KARET

I Wayan Gede Saraswasta<sup>1</sup>, Friska<sup>2</sup>, Nandita Azzhara Wiguna<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jalan P.B. Sudirman, Denpasar, Bali 80232, Indonesia

<sup>2</sup>Dosen Akademi Keperawatan Al-Ikhlas

<sup>3</sup>Mahasiswa Keperawatan Akper Al-Ikhlas

### Article Info

### Abstrak

#### Article History:

**Latar Belakang** Angka kejadian hipertensi pada populasi lansia di seluruh dunia diperkirakan akan mencapai 40–60% pada tahun 2025. Kondisi ini menjadi tantangan karena lansia merupakan kelompok usia yang mengalami penurunan fungsi fisik, mental, dan sosial. Penurunan fungsi ini juga berpotensi menurunkan kualitas hidup lansia. **Tujuan** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan praktik personal hygiene dengan kualitas hidup lansia di Desa Bantar Karet. **Metode** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sebanyak 60 responden dilibatkan dengan teknik total sampling. **Hasil Dan Pembahasan** Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden (91,6%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik, namun hanya 13,3% yang melaksanakan personal hygiene dengan baik. Sebanyak 88,3% responden dilaporkan memiliki kualitas hidup yang rendah. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kualitas hidup ( $p = 0,002$ ) serta antara praktik personal hygiene dengan kualitas hidup ( $p = 0,001$ ). **Kesimpulan** Tingkat pengetahuan dan praktik personal hygiene terbukti berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia. Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan dan pendampingan perilaku kebersihan diri pada lansia guna meningkatkan kualitas hidup kelompok lansia.

#### Corresponding author

: I Wayan Gede Saraswasta

#### Email

: [gd.saraswasta@unud.ac.id](mailto:gd.saraswasta@unud.ac.id)

## PENDAHULUAN

Seiring dengan meningkatnya populasi global, jumlah lanjut usia (lansia) diperkirakan akan terus bertambah secara signifikan. Pada tahun 2030, diproyeksikan terdapat lebih dari 1,4 miliar lansia di dunia, dan jumlah ini akan meningkat menjadi sekitar 2,1 miliar pada tahun 2050. Proses penuaan tersebut berdampak pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kemampuan individu dalam merawat diri, menjaga kebersihan pribadi, serta mempertahankan kesehatan secara menyeluruh. Seiring bertambahnya usia,

terjadi penurunan fungsi fisik yang memengaruhi kemampuan lansia dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari (Fahruruddin, 2025; Organization, 2024; Saraswasta et al., 2025).

Menurut data World Health Organization (WHO, 2024), pada tahun 2030 diperkirakan satu dari enam orang di dunia berusia 60 tahun atau lebih, dan pada tahun 2050 populasi lansia global akan berlipat ganda menjadi 2,1 miliar, dengan sekitar 80% di antaranya tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah

(Fahrudin, 2025; Organization, 2024; Saraswasta et al., 2025). Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia terus meningkat dan diproyeksikan terus bertambah hingga tahun 2045. Data BPS (2023) menunjukkan bahwa proporsi lansia naik dari 7,5% pada 2012 menjadi 11,75% pada 2023, dan diperkirakan mencapai 19,9% pada 2045. Sejalan dengan itu, rasio ketergantungan lansia mencapai 17,08%, yang berarti setiap 100 penduduk usia produktif menanggung sekitar 17 lansia. Mayoritas lansia termasuk dalam kelompok lansia muda (60–69 tahun) sebesar 63,59%, disusul lansia madya (70–79 tahun) sebesar 26,76%, dan lansia tua ( $\geq 80$  tahun) sebesar 8,65% (BPS, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil (Disdukcapil) Jawa Barat tahun 2023, jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di provinsi tersebut mencapai 5.315.112 jiwa. Dari jumlah tersebut, data Dinas Sosial tahun 2020 mencatat terdapat 702.551 lansia terlantar, sedangkan menurut Badan Pusat Statistik (BPS, 2022) terdapat 474.491 lansia yang tinggal sendiri, terdiri atas 48,71% laki-laki dan 51,29% perempuan (Oktarina et al., 2024; Saraswata & Ameliya, 2025)

Secara umum, lansia didefinisikan sebagai individu berusia 60 tahun atau lebih. Secara global, pada tahun 2030 diperkirakan satu dari enam penduduk dunia merupakan lansia, dan pada 2050 jumlahnya akan mencapai sekitar 2,1 miliar jiwa. Di Indonesia, proporsi penduduk berusia di atas 60 tahun telah melebihi 7% dari total populasi, dengan jumlah 29,3 juta jiwa (10,82%) pada tahun 2021 (BPS, 2021). Berdasarkan kelompok usia, lansia muda (60–69 tahun) mencakup 63,65%, lansia madya (70–79 tahun) sebesar 27,66%, dan lansia tua ( $\geq 80$  tahun) sebesar 8,68%. Pesatnya pertumbuhan populasi lansia di Indonesia dipengaruhi oleh penurunan angka kelahiran dan angka kematian, yang menunjukkan bahwa Indonesia tengah memasuki fase struktur

penduduk menua (aging population) (Oktarina et al., 2024).

Pemahaman tentang personal hygiene sangat penting untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia. Rendahnya perhatian lansia terhadap kebersihan diri dipengaruhi oleh kurangnya pendampingan keluarga dan dukungan lingkungan. Pengetahuan yang baik tentang personal hygiene berkontribusi terhadap perilaku kebersihan dan status kesehatan yang lebih baik. Personal hygiene yang buruk dapat berdampak pada kesehatan fisik, psikologis, dan sosial, sehingga peningkatan dukungan keluarga serta edukasi kebersihan diri menjadi kunci dalam memperbaiki kualitas hidup lansia (Martina et al., 2023; Soleman & Mongkau, 2020)

Kualitas hidup merupakan indikator penting dalam menilai keberhasilan intervensi kesehatan, baik pada aspek pencegahan maupun pengobatan. Dimensi kualitas hidup tidak hanya mencakup kondisi fisik, tetapi juga fungsi sosial, emosional, kognitif, serta kepuasan hidup secara keseluruhan. Lansia dengan kualitas hidup yang baik cenderung memiliki produktivitas, semangat, dan kesejahteraan yang lebih tinggi, sedangkan kualitas hidup yang rendah sering kali dipengaruhi oleh kurangnya fungsi dan dukungan sosial, baik dari keluarga, pasangan, maupun lingkungan masyarakat (Syam, 2022; Wiraini et al., 2021).

Studi pendahuluan pada 9 Maret 2025 di Desa Bantar Karet RT 02/RW 04 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki pengetahuan rendah mengenai personal hygiene dan kebiasaan kebersihan diri yang kurang baik, seperti jarang mandi, tidak rutin mengganti pakaian, serta kurang menjaga kebersihan mulut dan kuku. Akibatnya, banyak lansia mengalami masalah kesehatan seperti gatal-gatal, bau badan, serta penurunan kualitas hidup yang ditandai dengan ketergantungan pada orang lain dan rendahnya kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk

mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan dan praktik personal hygiene dengan kualitas hidup lansia.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional, yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan personal hygiene dengan kualitas hidup lansia. Pendekatan yang digunakan adalah cross-sectional, yaitu pengumpulan data dilakukan satu kali pada waktu yang sama untuk mengamati hubungan antara variabel independen dan variabel dependen (Sumedang, 2020). Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui keterkaitan antara pengetahuan personal hygiene dan kualitas hidup lansia di Desa Bantar Karet RT 02/RW 04.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis Univariat

#### Usia

Karakteristik responden pada penelitian ini akan menyajikan data distribusi frekuensi jenis kelamin, usia, pendidikan, tingkat pengetahuan, personal hygiene, da kualitas hidup diantaranya sebagai berikut:

**Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

Karakteristik	n	Mean	Median	Mode	Min	Max
Usia (tahun)	60	66,86	65,00	65	60	85

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 66,86 tahun dengan nilai modus 65 tahun dan usia tertinggi 85 tahun, yang menggambarkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok lanjut usia.

#### Karakteristik Responden

**Tabel 2 Karakteristik Responden**

### Berdasarkan Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Percentase (%)
Laki-laki	24	40,0
Perempuan	36	60,0
Total	60	100,0

### Tingkat Pendidikan

Tidak sekolah	16	26,7
SD	31	51,6
SMP	5	8,3
SMA	8	13,3
Total	60	100,0

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (60%) dan berpendidikan Sekolah Dasar (51,6%), sedangkan laki-laki sebanyak 40% dan tingkat pendidikan lainnya berada di bawah 25%.

### Pengetahuan

**Tabel 3 Tingkat Pengetahuan Responden**

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Percentase (%)
Baik	55	91,7
Buruk	5	8,3
Total	60	100,0

Berdasarkan Tabel 3, hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan personal hygiene yang baik, yaitu sebanyak 55 orang (91,6%), sedangkan 5 responden (8,3%) memiliki pengetahuan yang kurang baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki pemahaman yang baik mengenai personal hygiene.

### Personal Hygiene

**Tabel 4 Personal Hygine Responden**

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Percentase (%)
Baik	52	86,7
Buruk	8	13,3
Total	60	100,0

Berdasarkan Tabel 4, sebagian besar responden memiliki personal hygiene yang kurang, yaitu sebanyak 52 orang (86,7%), sedangkan hanya 8 responden (13,3%) yang memiliki personal hygiene baik. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia belum menerapkan kebersihan diri dengan optimal.

**Tabel 5 Kualitas Hidup Responden**

Kualitas hidup	Frekuensi (f)	Percentase (%)
Baik	2	3,3
Cukup baik	5	8,3
buruk	53	88,3
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan Tabel 5, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup buruk (88,3 %).

## 2. Analisis Bivariat

**Tabel 6 Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kualitas Hidup**

Tingkat pengetahuan	Kualitas hidup						P-value
	Baik	Buruk	Cukup	total		baik	
	F	%	f	%	F	%	
Baik	1	1,	5	48	3	4,	55
buruk	1	8	1	,6	2	6	5
			0,	2	4,	0,	
			2	4		4	
Total	2	2	5	53	5	5	60
			3				

Berdasarkan Tabel 6, hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang personal hygiene dan kualitas hidup lansia ( $p\text{-value} = 0,002 < 0,05$ ). Mayoritas responden dengan pengetahuan baik memiliki kualitas hidup yang buruk, sedangkan responden dengan pengetahuan buruk juga cenderung memiliki kualitas hidup rendah. Dengan demikian, Ha diterima, yang berarti terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan

personal hygiene dan kualitas hidup lansia.

**Tabel 7 Hubungan Personal Hygiene Terhadap Kualitas Hidup Lansia**

<i>Person al hygine</i>	Kualitas hidup						P- valu e	
	Baik		Buruk		Total			
	F	%	f	%	F	%		
Baik	2	0,2	0	0	2	3,3		
Cukup	6	11,	4	88,	5	88,4	0,00	
Baik	0	3	7	6	3	8,3	2	
Buruk			5	0,5	5			
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>11,</b>	<b>5</b>	<b>89,</b>	<b>6</b>	<b>100,</b>		
		<b>5</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

Berdasarkan Tabel 7, hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara personal hygiene dan kualitas hidup pada lansia ( $p\text{-value} = 0,002 < 0,05$ ). Dari 60 responden, lansia dengan personal hygiene baik sebagian besar memiliki kualitas hidup baik (2 responden; 3,3%), sedangkan lansia dengan personal hygiene cukup maupun buruk cenderung memiliki kualitas hidup buruk (53 responden; 88,4%). Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin baik personal hygiene lansia, maka semakin baik pula kualitas hidup yang mereka miliki.

## **PEMBAHASAN**

### **Karakteristik Responden**

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden berusia 60–74 tahun, yaitu sebanyak 54 responden (90%). Usia tersebut termasuk dalam kategori lanjut usia awal, di mana terjadi penurunan kemampuan fisik akibat proses penuaan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Nasution & Firdausi (2021) yang menunjukkan bahwa mayoritas lansia berada pada rentang usia 60–74 tahun karena masih memiliki kemampuan dan kesanggupan untuk menjadi responden (Nasution & Firdausi, 2021). Lansia berusia di atas 75 tahun cenderung mengalami penurunan kesehatan fisik yang memengaruhi kemampuan melakukan aktivitas personal hygiene secara mandiri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis

kelamin perempuan (61%). Temuan ini konsisten dengan data BPS, yang mencatat proporsi lansia perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki. Penelitian Hadi & Muliani (2020) juga menunjukkan hal serupa, di mana mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan (Hadi & Muliani, 2020). Hal ini mengindikasikan bahwa perempuan lebih banyak terlibat dalam penelitian terkait personal hygiene pada lansia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SD (51,6%), diikuti oleh SMP (8,3%), SMA (13,3%), dan tidak sekolah (21,6%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Pramana (2023) yang juga menemukan mayoritas responden berpendidikan SD. Tingkat pendidikan berperan penting dalam kemampuan seseorang memahami dan mengolah informasi, sehingga memengaruhi perilaku dan pola hidup sehari-hari. Menurut Assa Riswan (2022), pendidikan merupakan upaya pengembangan kepribadian dan kemampuan individu, baik melalui jalur formal maupun nonformal, sepanjang hayat (Assa Riswan, 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik tentang personal hygiene (92%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Adinda Maulida Hakim (2023) yang juga menemukan mayoritas lansia memiliki pengetahuan baik terkait personal hygiene. Pengetahuan yang baik mendorong perilaku kebersihan diri yang lebih optimal. Hal ini didukung oleh Nagoklan Simbolon (2019) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan berpengaruh langsung terhadap perilaku personal hygiene pada lansia (Adinda Maulida Hakim, 2023; Nagoklan Simbolon, 2019).

### Karakteristik Responden Berdasarkan Personal hygiene

Hasil penelitian menunjukkan

bahwa sebagian besar lansia memiliki personal hygiene yang kurang, yaitu 52 responden (86,7%). Kondisi ini sejalan dengan temuan Ningsih (2017), di mana mayoritas lansia memiliki personal hygiene dalam kategori tidak terpenuhi. Rendahnya tingkat personal hygiene pada lansia diduga dipengaruhi oleh kurangnya dukungan keluarga dalam membantu kegiatan perawatan diri sehari-hari (Ningsih, 2017).

### Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Hidup

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup buruk (88,3%), sedangkan hanya sebagian kecil yang memiliki kualitas hidup cukup baik (8,3%) dan baik (3,3%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Wahyuni (2022) yang menunjukkan bahwa lansia dengan tingkat pengetahuan rendah cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih rendah. Menurut Nagoklan Simbolon (2019), peningkatan pengetahuan melalui edukasi dan penyuluhan kesehatan dapat membantu lansia mempertahankan personal hygiene yang baik, sehingga berdampak positif terhadap kualitas hidup mereka (Nagoklan Simbolon, 2019; Saraswasta et al., 2025).

### Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Kualitas Hidup Lansia

Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara Tingkat pengetahuan dan kualitas hidup lansia ( $p\text{-value} = 0,002 < 0,05$ ). Semakin baik tingkat pengetahuan lansia, semakin baik pula kualitas hidupnya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Asvini (2021) yang menunjukkan bahwa pengetahuan lansia berhubungan dengan perilaku personal hygiene yang baik dan berdampak positif terhadap kualitas hidup (ASVINI, 2021). Temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa pengetahuan yang baik mengenai kebersihan diri berkorelasi dengan kualitas hidup yang lebih baik. Kebersihan diri yang memadai membantu

mencegah penyakit dan meningkatkan kesejahteraan lansia

### Hubungan Personal Hygine Terhadap Kualitas Hidup Lansia

Berdasarkan hasil analisis hubungan personal hygine terhadap kualitas hidup pada lansia di Desa Bantar Karet RT02 RW04, di dapatkan data yang memiliki personal hygine baik terhadap kualitas hidup baik 2 responden (0,3%), dan kualitas hidup buruk 6 responden (7,1%), dan terhadap kualitas hidup cukup baik 0 responden (0,7%) dan personal hygiine kurang terhadap kualitas hidup baik sebanyak 0 responden (1,7%), kualita hidup buruk sebanyak 47 responden (45,9%), dan kualita hidup cukup baik sebanyak 5 responden (4,3%). Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Fadhilah et al., 2022) di Nuga Best Bedulu, Gianyar, yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan dengan personal hygiene pada lansia, dengan nilai p-value <0,001. Penelitian tersebut menekankan pentingnya peran keluarga dalam membantu lansia menjaga kebersihan diri, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hidup mereka.

### KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan personal hygiene dengan kualitas hidup lansia di Desa Bantar Karet RT 02/RW 04. Lansia dengan pengetahuan dan perilaku personal hygiene yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi serta dukungan keluarga dan lingkungan untuk meningkatkan perilaku kebersihan diri dan kualitas hidup lansia.

### REFERENSI

Andi Fatmawati. (2017). Asuhan Keperawatan Pada An. R Dengan Kasus Diare Pada Anak Di Ruang

- Madinah RSI Siti Khadijah Palembang. 13-15
- Apriliani, I. M., Purba, N. P., Dewanti, L. P., Herawati, H., & Faizal, I. (2021). Open access Open access. Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study Case in Pangandaran, 2(1), 56–61.
- Ardyani, D. (2018). Studi Deskriptif Hemodinamik Pada Pasien Diare Anak Dengan Dehidrasi. Manuscript, 3, 8–31
- Christy, M. Y. (2021). Faktor yang berhubungan dengan kejadian dehidrasi diare pada balita di wilayah kerja puskesmas kalijudan. 15-25
- Debby Daviani Prawati, Dani Nasirul Haqi. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Diare Di Tambak Sari, Kota Surabaya.
- Dinkes Kota Bogor, (2020), Profil Kesehatan Kota Bogor Tahun 2020, Bogor : Dinkes Kota Bogor.
- Esmi Sinaga. (2018). Asuhan keperawatan anak pada anak c pasien diare ruang rawat nginap di puskesmas puuwatu
- Fidyanti tuanany . psi, G., Sikap, D. A. N., Penatalaksanaan, D., Cedera, A., Publikasi, N., Thalia, S., & Kusuma, A. (2019). Program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan universitas muhammadiyah Yogyakarta 2018.
- Hinchman, M. (2022). Cross-Section. The Fairchild Books Dictionary of Interior Design, 10(2), 148–155.
- Indahyanti, V., & Wibrata, D. A. (2019). Hubungan Antara Penanganan Anak Diare Di Rumah Oleh Orang Tua Dengan Tingkat Dehidrasi. Jurnal Keperawatan, XII(1), 1–6
- Nugraha, P., Juliansyah, E., & Pratama, R. Y. (2022). Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Diare Pada Balita Di Kelurahan Kapuas Kanan Hulu Kecamatan Sintang. Kesehatan Masyarakat, 1(1), 1–7

- Purnamasari, E. Y. (2017). Hubungan Paparan Debu Dengan Keluhan Kesehatan Pada Pekerja Di Pt Gudang Semen Setia Abadi Kota Bengkulu
- Ramadhanti, D. (2016). Gambaran Pengetahuan Perawat Tentang Manajemen Pelayanan Hospital Home Care di RSUD AL-Ihsan Propinsi Jawa Barat. Universitas Pendidikan Indonesia
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Susanto, H. (2017). Transformation of Wetland Local Wisdom Values on Activities of Swamp Buffalo Breeding in Social Science Learning Practice. In 1st International Conference on Social Sciences Education - "Multicultural Transformation in Education, Social Sciences and Wetland Environment"(ICSSE 2017) (pp. 272 - 276). Atlantis Press
- Suparyanto dan Rosad. (2020). Pengertian Pengetahuan. Suparyanto Dan Rosad (2015)