



unisa
Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta

KEBUTUHAN DASAR MANUSIA



رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا وَرَسُولًا
رَبِّي زِدْنِي عِلْمًا وَارزُقْنِي فَهْمًا

“Kami ridho Allah SWT sebagai Tuhanku, Islam sebagai agamaku, dan Nabi Muhammad sebagai Nabi dan Rasul, Ya Allah, tambahkanlah kepadaku ilmu dan berikanlah aku kefahaman”

PERSONAL HYGIENE



PENGERTIAN PERSONAL HYGIENE

- Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, personal yang artinya perorangan dan hygiene berarti sehat.
- Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis.
- Cara perawatan diri manusia untuk memelihara kesehatan mereka disebut higiene perorangan.
- Personal hygiene atau kebersihan diri adalah upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatan untuk memperoleh kesejahteraan fisik dan psikologis.

PERSONAL HYGIENE

- Untuk mencegah terjadinya masalah yang terjadi pada klien dengan personal hygiene yang tidak terpenuhi seperti kerusakan integritas kulit, gigi dan mukosa dan lain-lain.
- Dapat menimbulkan berbagai gangguan fisik dan psikologis.
- Gangguan fisik dan psikologis mengurangi keindahan penampilan dan reaksi emosional .
- Peran tenaga kesehatan sangat dibutuhkan dalam melakukan asuhan untuk memenuhi kebutuhan personal hygiene terutama pada klien yang tidak mampu untuk memenuhi sendiri dan meningkatkan pengetahuannya.

TUJUAN PERSONAL HYGIENE

- Meningkatkan derajat kesehatan
- Rasa nyaman dan menciptakan keindahan
- Mencegah penyakit pada diri sendiri maupun pada orang lain
- Meningkatkan percaya diri.

Faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene klien

- Status kesehatan

Seseorang dalam kondisi sakit atau cedera, sehingga memerlukan *bedrest*, apalagi dalam waktu lama, hal ini akan mempengaruhi kemampuan seseorang memenuhi kebutuhan personal hygiene dan tingkat kesehatan klien.

Di sinilah peran petugas kesehatan untuk memenuhi kebutuhan personal hygiene dan mencegah gangguan seperti kerusakan membrane mukosa, kulit dan lain lain.

BUDAYA

- Sejumlah mitos berkembang di masyarakat menjelaskan bahwa seseorang yang dalam keadaan sakit tidak dimandikan, hal ini dikarenakan nanti penyakitnya tambah parah.

STATUS SOSIAL-EKONOMI

- Seseorang dalam kegiatan pemenuhan personal hygiene yang baik memerlukan sarana dan prasarana, seperti kamar mandi, air cukup dan bersih, peralatan (misalnya sabun, shampo, dan lain lain) (Nancy Roper, 2002).
- Hal ini membutuhkan biaya dan akan berpengaruh seseorang dalam memenuhi dan mempertahankan personal hygiene dengan baik.

TINGKAT PENGETAHUAN DAN PERKEMBANGAN

- Kedewasaan seseorang berpengaruh pada kualitas hidup, salah satunya pengetahuan yang lebih baik.
- Pengetahuan itu penting untuk meningkatkan status kesehatan seseorang.
- Contoh, agar seseorang terhindar dari penyakit kulit, maka seseorang tersebut harus selalu menjaga kulit agar tetap bersih dengan mandi secara teratur dan menggunakan sabun dan air bersih.

CACAT JASMANI ATAU MENTAL

- Seseorang dalam kondisi cacat jasmani atau mental akan menghambat kemampuan individu untuk melakukan perawatan pemenuhan kebutuhan diri sendiri.

PRAKTIK SOSIAL

- Selama anak-anak mendapatkan praktik hygiene dari orang tua, sedangkan masa remaja lebih perhatian pada hygiene karena pengaruh teman atau lingkungan
- Praktik hygiene lansia dapat berubah dikarenakan situasi kehidupan.

CITRA TUBUH

- Penampilan umum klien dapat menggambarkan seberapa pentingnya hygiene pada orang tersebut.
- Contoh : klien yang telah mengalami pembedahan seperti kolostomi selalu memperhatikan penampilan stoma dan bau fekal, maka petugas kesehatan yang membantu klien menjaga kebersihan area stoma dan mengurangi atau menghilangkan bau. Sebaliknya, klien yang tidak rapi atau tidak tertarik pada hygiene maka klien membutuhkan pendidikan pentingnya hygiene

PILIHAN PRIBADI

- Setiap klien memiliki keinginan individu dan pilihan kapan untuk mandi, sikat gigi dan perawatan rambut, dan lain-lain.
- Klien memilih produk berbeda untuk personal hygiene dan bagaimana cara melakukan hygiene.
- Pilihan klien membantu petugas kesehatan dalam merencanakan asuhan, hal ini tidak perlu mengubah pilihan, kecuali hal itu tidak mempengaruhi kesehatan.
- Misalnya, klien diabetes mellitus harus hati-hati menjaga kakinya bersih dan menghindari infeksi. Petugas kesehatan harus menjelaskan kebutuhan asuhan kaki yang baik dan bahan yang digunakan.

MACAM-MACAM PERSONAL HYGIENE



Perawatan kulit

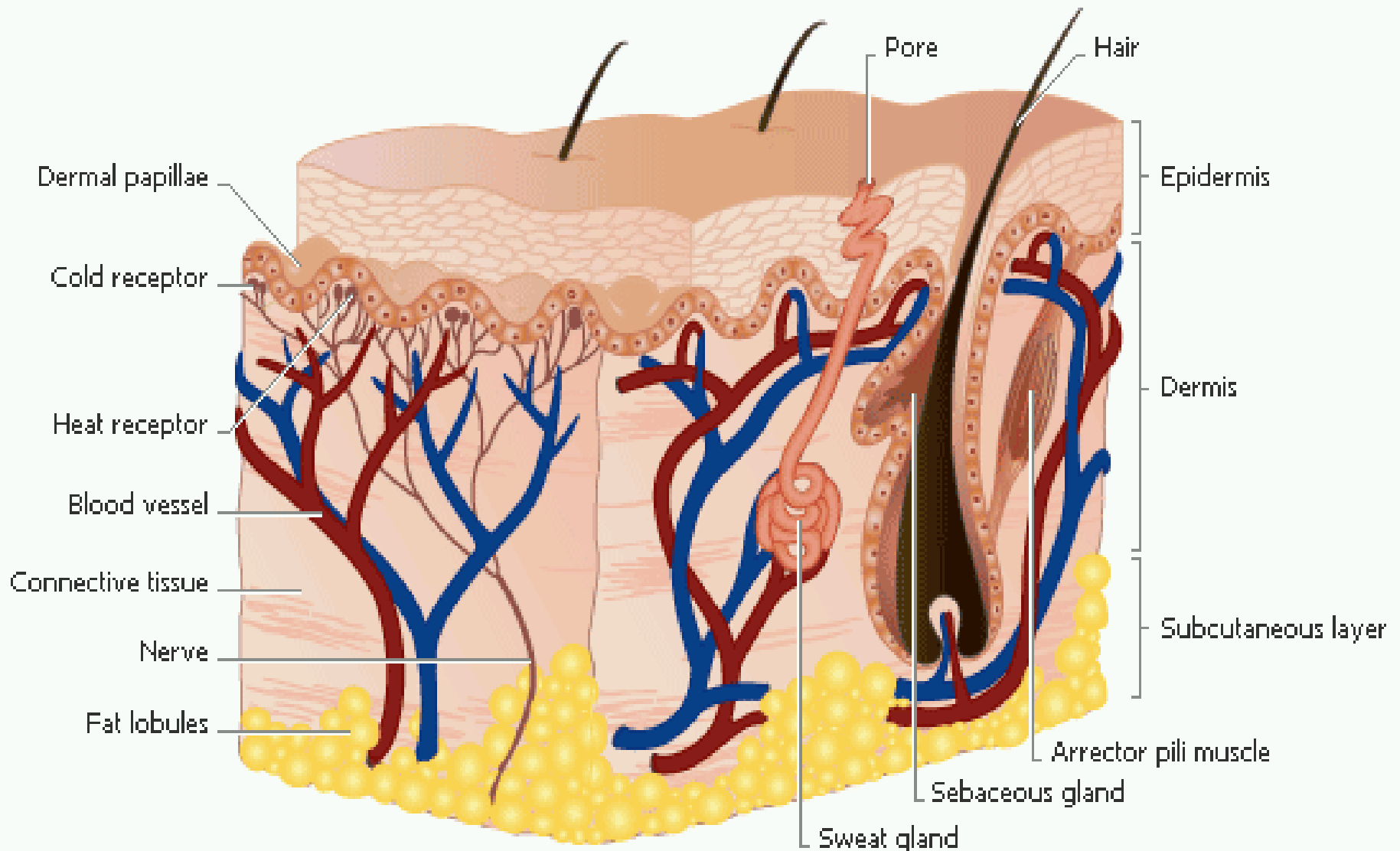
- Kulit merupakan organ aktif yang berfungsi sebagai, sekresi, ekskresi, pengatur temperatur, sensasi, dan kulit berfungsi juga sebagai pertukaran oksigen, nutrisi dan sintesa sel baru dan eliminasi sel mati.

- Kulit merupakan organ tubuh yang terletak paling luar dan membatasinya dari lingkungan hidup manusia. Kulit merupakan organ yang paling luas sebagai pelindung tubuh terhadap bahaya bahan kimia, cahaya matahari, mikro organisme dan menjaga keseimbangan tubuh dengan lingkungan
- Integumen mencakup kulit pembungkus permukaan tubuh dan turunannya termasuk kuku, rambut dan kelenjar
- Kulit adalah lapisan jaringan yang terdapat pada bagian luar yang menutupi dan melindungi permukaan tubuh.
- Kulit berhubungan dengan dengan selaput lendir yang melapisi rongga lubang masuk
- Kulit merupakan organ yang esensial dan vital serta merupakan cermin kesehatan dan kehidupan

- Pada permukaan kulit bermuara kelenjar keringat dan kelenjar mukosa
- Integumen terdiri dari dua jaringan yaitu jaringan epitel yang menumbuhkan lapisan epidermis dan jaringan pengikat (penunjang) yang menumbuhkan lapisan dermis (lapisan kulit dalam)
- Kulit mempunyai susunan serabut syaraf yang teranyam secara halus yang berfungsi merasakan sentuhan atau sebagai alat peraba

- Kulit merupakan indikator untuk memperoleh kesan umum dengan melihat perubahan yang terjadi pada kulit misalnya pucat, kekuning-kuningan, kemerah-merahan.
- Suhu kulit meningkat dengan adanya kelainan pada kulit atau gangguan psikis
- Ketebalan kulit sangat bervariasi
- Bagian kulit yang sangat tipis terdapat pada sekitar mata dan yang paling tebal pada telapak kaki dan telapak tangan dengan ciri khas yang berbeda pada setiap orang yaitu berupa garis lengkung dan berkelok-kelok (untuk mengidentifikasi seseorang)

Anatomi Kulit



3 LAPISAN UTAMA KULIT

EPIDERMIS



```
graph TD; A[EPIDERMIS] --> B[DERMIS]; B --> C[HIPODERMIS]
```

DERMIS

HIPODERMIS

- Kulit tersusun atas 3 lapisan utama yaitu :
 - Lapisan epidermis/ kutikel
 - Stratum korneum / lapisan tanduk
 - Stratum lusidum
 - Stratum granulosum / lapisan keratohialin
 - Stratum spinosum / stratum malphigi / pickle cell layer
 - Stratum basale
 - Lapisan dermis/ korium, kutis vera, true skin
 - Pars papilare
 - Pars retikulare
 - Lapisan subkutis/ hipodermis

EPIDERMIS

- Kulit ari atau epidermis adalah lapisan paling luar yang terdiri atas lapisan epitel gepeng unsur utamanya adalah sel tanduk (keratinosit) dan sel melanosit
- Lapisan epidermis tumbuh terus karena lapisan sel induk yang berada di lapisan bawah bermitosis terus
- Lapisan terluar epidermis akan terkelupas dan gugur
- Epidermis tersusun atas sel epidermis terutama serat kolagen dan sedikit serat elastis
- Epidermis terdiri dari beberapa lapis sel yang berbeda dalam tingkat pembelahan sel secara mitosis.
- Lapisan permukaan dianggap sebagai akhir keaktifan sel lapisan tersebut

DERMIS

- cutis vera/true skin
- Berisi 3 jenis jaringan : Kolagen dan serat elastis, Otot, Saraf
- Mendapat suplai darah dan saraf
- Lapisan di bawah epidermis yang jauh lebih tebal daripada epidermis.
- Sensori aparatus: sentuhan, tekanan, temperatur, nyeri.
- Terdiri dari 2 bagian :
 - Pars Papilare : bagian yang menonjol ke epidermis, berisi ujung serabut saraf dan pembuluh darah
 - Pars Retikulare : banyak mengandung jaringan ikat, folikel rambut, pembuluh darah, saraf, kolagen.

- Batas dermis yang pasti sukar ditentukan karena menyatu dengan lapisan sub kutis (hipodermis)
- Ketebalan antara 0,5-3 mm
- Lebih tebal dari epidermis yang dibentuk dari komponen jaringan pengikat
- Derivat (turunan) dermis terdiri dari bulu, kelenjar minyak, kelenjar lendir, kelenjar keringat
- Kulit ini bersifat ulet dan elastis yang berguna untuk melindungi bagian yang lebih dalam.

HIPODERMIS

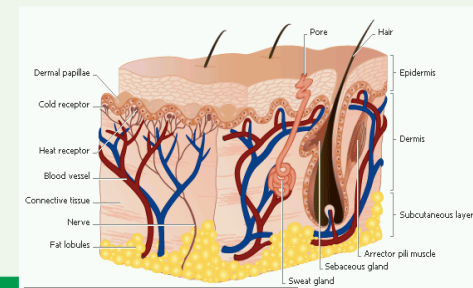
- sub cutis
- Merupakan kelanjutan dermis, terdiri atas jaringan ikat longgar berisi sel-sel lemak di dalamnya.
- Lapisan sel-sel lemak disebut *panikulus adiposa*
 - berfungsi sebagai cadangan makanan.
- Dalam lapisan ini terdapat ujung-ujung saraf tepi, pembuluh darah dan getah bening
- Tebal tipisnya jaringan lemak tidak sama tergantung pada lokalisasinya,
 - di abdomen dapat mencapai ketebalan 3 cm, kelopak mata dan penis sangat sedikit
 - fungsinya sebagai Isolator panas bagi tubuh

STRUKTUR ASESORIS KULIT

- Terdiri dari
 - Rambut
 - Kuku
 - Kelenjar kulit : kelenjar keringat dan kelenjar sebacea/kelenjar minyak
 - Kelenjar keringat terbagi atas : Kelenjar Ekrin dan Kelenjar apokrin

RAMBUT

- Terdiri dari akar rambut dan batang
- Menutupi hampir seluruh permukaan tubuh
- Diproduksi oleh folikel rambut
- Siklus pertumbuhan rambut:
 - Fase Anagen/pertumbuhan : 2-6 tahun dengan **kecepatan tumbuh 0,35mm/hari** (85%)
 - Fase Telogen/istirahat : beberapa bulan (15%)
 - Fase Katogen : fase diantara kedua fase



KUKU

- Bagian terminal lapisan tanduk yang menebal
- Akar kuku : bagian yang terbenam kulit jari
- Badan kuku : bagian di atas jaringan lunak ujung jari
- Tumbuh : 1 mm/minggu
- Fungsi : melindungi jari tangan

Kelenjar kulit

- Terbagi 2 :
 - Kelenjar Keringat
 - Kelenjar Minyak/Sebasea
- Kelenjar Keringat, t/d:
 - Ekrin
 - Apokrin

Kelenjar keringat

Kelenjar EKRIN

- Penyebaran meluas ke seluruh tubuh di permukaan kulit, **terutama di telapak tangan, kaki, dahi**
- Sekret encer \pm 500ml - 1,5 lt/24 jam
- Udara panas dan kering, \pm 6 lt/24 jam
- Dipengaruhi oleh stres emosional, faktor panas dan saraf simpatis
- Sekresi mengandung air \rightarrow Fungsinya untuk pengeluaran keringat, pengaturan suhu tubuh

Kelenjar keringat

Kelenjar APOKRIN

- ▶ Penyebaran terbatas
- ▶ Pada axila, areola mammae, vulva, saluran telinga luar dan regio anogenital
 - Kel. Apokrin di Axila, regio anogenital → mulai berfungsi masa pubertas, merespon stress/kegembiraan → mengeluarkan sekret tidak berbau.
Bila terinfeksi bakteri → bau
 - Kel. Seruminosa di sal.telinga luar → menghasilkan serumen
 - Kel. Siliaris Moll, di kelopak mata
 - Kel. Mammae → memproduksi susu

Kelenjar Sebacea (Kelenjar Minyak)

- ▶ Terdapat di seluruh permukaan kulit kecuali di telapak tangan dan kaki
- ▶ Terletak di samping akar rambut, bermuara pada folikel rambut
- ▶ Mengeluarkan sebum →
 - Sbg emolien/pelembut kulit
 - Sbg barrier utk evaporasi
- ▶ Dpt terinfeksi → furunkel (bisul)
- ▶ Fungsi : memberi lapisan lemak, bakteriostatik merupakan suatu kondisi yang disebabkan senyawa antibakteri sehingga pertumbuhan dan perkembangan bakteri bersifat tetap (statis). menahan evaporasi
- ▶ Masa remaja kelenjar sebacea lebih produktif

Warna kulit

▶ Warna kulit berbeda akibat :


- Melanosit, di stratum basale
- Darah pd pembuluh dermal
- Jumlah pigmen kuning (karoten) pd stratum korneum, sel lemak dermis, sel lemak hipodermis/sub cutis

▶ Melanosit

- Mampu memproduksi pigmen coklat, melanin
- *Melanin* dapat menyerap sinar ultraviolet (UV)
- UV light berisi energi tinggi foton yang dapat merusak DNA – mutasi
- Melanin dapat mencegah kerusakan DNA, membantu mencegah kanker kulit

- Kulit seringkali merefleksikan perubahan pada kondisi fisik dengan perubahan pada warna, ketebalan, tekstur, turgor, temperatur, dan hidrasi, sedangkan selama kulit masih utuh dan sehat, fungsi fisiologis masih optimal.
- Perawatan genetalia untuk mencegah dan mengontrol infeksi, mencegah kerusakan kulit dan meningkatkan kenyamanan, serta mempertahankan kebersihan diri (Potter & Perry, 2000).

FUNGSI KULIT

1. Proteksi
 2. Absorpsi
 3. Ekskresi
 4. Persepsi
 5. Pengaturan suhu tubuh
 6. Pembentukan pigmen
 7. Keratinisasi
 8. Pembentukan vit D
- 

FUNGSI KULIT

Fungsi proteksi

- ▶ Kulit menjaga bagian dalam tubuh terhadap
 - gangguan fisik atau mekanis, misalnya tekanan, gesekan, tarikan,
 - gangguan kimiawi terutama yang bersifat iritan; lisol, karbol, asam dan alkali kuat,
 - gangguan yang bersifat panas; radiasi, sengatan UV,
 - gangguan infeksi luar; kuman/bakteri, jamur
- ▶ Hal di atas terjadi karena adanya bantalan lemak, tebalnya lapisan kulit dan serabut jaringan penunjang yang berperan sebagai pelindung terhadap gangguan fisis.

FUNGSI KULIT

Fungsi absorpsi

- Kulit yang sehat tidak mudah menyerap air, larutan dan benda padat, tapi cairan yang mudah menguap lebih mudah diserap. Permeabilitas kulit terhadap O_2 , CO_2 dan uap air memungkinkan kulit ikut mengambil bagian pada fungsi respirasi.

FUNGSI KULIT

Fungsi ekskresi

- Kelenjar kulit mengeluarkan zat-zat yang tidak berguna lagi atau sisa metabolisme dalam tubuh; NaCl, urea, asam urat dan ammonia → melalui pori-pori keringat
- Sebum yang diproduksi melindungi kulit juga menahan evaporasi air yang berlebihan sehingga kulit tidak menjadi kering.
- Produksi kelenjar lemak dan keringat di kulit menyebabkan keasaman kulit pd pH 5-6,5

FUNGSI KULIT

Fungsi persepsi

◎ Kulit mengandung ujung-ujung saraf sensorik di dermis dan subkutis.

► Organ-organ sensorik

- Badan Ruffini : sensor panas, di dermis & sub kutis
- Badan Krause : sensor dingin, di dermis
- Badan Meissner : sensor raba kuat/dalam, di papila dermis
- Badan Merkel Ranvier : sensor raba halus
- Badan Vater Paccini : sensor tekanan, di epidermis

FUNGSI KULIT

Fungsi pengaturan suhu tubuh/termoregulasi

- ▶ Kulit mengatur suhu tubuh melalui **dilatasi dan konstriksi pembuluh kapiler** serta melalui respirasi yang keduanya dipengaruhi saraf otonom. Tubuh sehat suhunya berkisar 36,5 °C
- ▶ Kulit kaya akan pembuluh darah sehingga memungkinkan kulit mendapat **nutrisi** yang cukup baik.
- ▶ Ketika terjadi **perubahan** pada suhu luar, darah dan kelenjar keringat kulit mengadakan **penyesuaian** seperlunya dalam fungsinya masing-masing. **Pengatur panas** adalah salah satu fungsi kulit sebagai organ antara tubuh dan lingkungan. Panas akan hilang dengan penguapan keringat.

FUNGSI KULIT

Fungsi pembentukan pigmen

- Sel pembentukan **pigmen/melanosit** terletak di lapisan basal dan sel ini berasal dari rigi saraf.
- Jumlah melanosit menentukan **warna kulit ras** maupun individu.
- Warna kulit tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh pigmen kulit, melainkan juga oleh tebal tipisnya kulit, reduksi Hb, oksidasi Hb dan karoten.

FUNGSI KULIT

Fungsi keratinisasi

- Proses berlangsung 14-21 hari sebagai perlindungan terhadap infeksi secara mekanis fisiologik

Fungsi pembentukan vit D

- Dengan mengubah 7-dihidroksi kolesterol dengan bantuan sinar matahari.

Perawatan Kulit

- 1) Identifikasi klien terhadap toleransi prosedur hygiene, tipe perawatan yang diperlukan dan masalah kesehatan klien.
- 2) Selama membantu klien melakukan hygiene kaji seluruh permukaan kulit secara inspeksi dan palpasi, meliputi perubahan integumen, respon terapi,
- 3) Kaji fisik kulit
 - (a) Okservasi kondisi kulit meliputi warna, tekstur, turgor, temperatur, dan hidrasi kulit.
 - (b) Masalah kulit seperti:
 - Kulit kering karena kebanyakan mandi, penggunaan sabun berlebihan atau sabun kasar dan alkalin, kulit maserasi, daerah kalus kaki , tangan.
 - Ruam kulit atau erupsi kulit dari reaksi alergi bisa datar, naik berupa lokal atau sistemik, pruritik atau nonpruritik.
 - Dermatitis kontak yaitu inflasi ditandai dengan letusan eritema, pruritis, nyeri, bersisik.
 - Abrasi dan lesi kulit rusak, perdarahan, cairan
 - Dekubitus dampak dari imobilisasi lama, bagian badan tergantung, terpapar tekanan seperti gips, linen, matras.
- 4) Kaji kemampuan perawatan diri klien seperti klien tidak mampu merawat kulit maka perawat memberi bantuan atau mengajarkan pada keluarga, Kaji keseimbangan, toleransi, kekuatan otot, keadaan berbaring, kemampuan duduk, alat yang dibutuhkan, dan jarak rentang gerak pada ekstremitas klien.
- 5) Kaji masalah kesehatan klien seperti gangguan fungsi kognitif dan kondisi fisik.
- 6) Kaji penurunan sensasi.

Klien tidak mampu merasakan cedera permukaan kulit biasanya pada klien dengan paralisis, insufisiensi sirkulasi, kerusakan saraf.

Perawatan Kaki dan Kuku

- Kaki dan kuku sering kali memerlukan perhatian khusus untuk mencegah infeksi, bau dan cedera pada jaringan.
- Kuku merupakan pelengkap kulit, tetapi bila tidak mendapatkan perawatan yang baik maka kuku bisa sebagai sarang penyakit.
- Masalah yang dihasilkan karena perawatan yang salah atau kurang seperti menggigit kuku, memotong tidak tepat, pemaparan zat kimia yang tajam, dan pemakaian sepatu tidak pas.
- Ketidaknyamanan dan nyeri pada kaki dapat mengarah pada stres fisik dan emosional.

Perawatan Kuku

Pengkajian :

- 1) Lakukan inspeksi pada permukaan kulit : bentuk, ukuran, jumlah jari, bentuk kaki, dan kondisi kaki meliputi adanya luka, inflamasi, iritasi dan pecah-pecah
- 2) Amati jari kaki, secara normal adalah lurus, datar dan kaki harus dalam garis lurus dengan mata kaki dan tibia
- 3) Kaji cara berjalan, apa pincang atau tidak alami, rasa nyeri saat berjalan.
- 4) Kaji keadekuatan sirkulasi perifer pada kaki terutama klien dengan diabetes: dengan cara palpasi dari pedis dorsalis dan denyut tibial posterior.
- 5) Kaji adanya neuropati yaitu degenerasi saraf perifer yang ditandai kehilangan sensasi dengan cara sentukan ringan, suhu atau tusukan.
- 6) Kaji kemampuan klien tentang perawatan kaki dan kuku.
- 7) Amati kuku: kuku sehat yaitu transparan, lembut dan alas jari pink dan ujung putih tembus cahaya, sedangkan pada lansia tebal dan kuning. Kulit sekitar kuku dan kutikula lembut dan tanpa inflamasi.
- 8) Kaji masalah umum pada kaki dan kuku seperti kalus (pengerasan), katimumul atau keratosis pada jari di atas tonjolan tulang bentuknya kerucut, bulat dan naik. Kutil (plantar wart) yaitu luka yang menjamur pada tumit kaki disebabkan virus papiloma. Infeksi jamur kaki (tinea pedes) biasanya antara jari dan tumit, keadaan melempuh, berair, hal ini biasanya disebabkan alas kaki yang ketat. Kuku yang tumbuh kedalam. Bau kaki, hal ini disebabkan keringat berlebih yang meningkatkan perkembangan mikroorganisme.

PERAWATAN RAMBUT

- Rambut merupakan struktur kulit, rambut sehat terlihat mengkilat, tidak berminyak dan tidak kering atau tidak mudah patah, kondisi panas dan malnutrisi akan mengganggu pertumbuhan rambut.
- Bila rambut kotor dan tidak dibersihkan bisa menyebabkan ketombe dan sarang kutu. Rambut klien imobilisasi akan terlihat menjadi kusut
- Klien juga harus diizinkan bercukur bila kondisi mengizinkan.
- Pertumbuhan, distribusi, dan pola rambut dapat menjadi indikator status kesehatan umum.
- Perubahan hormonal, stres emosional atau fisik, penuaan, infeksi, penyakit, dan obat-obatan dapat mempengaruhi perubahan rambut.

PERAWATAN RAMBUT

- Kaji kondisi rambut dan kulit kepala : rambut normal bersih, bercahaya, tidak kusut, kulit kepala bebas dari lesi.
- Mengkaji masalah rambut: ketombe, kutu (pediculosis), kehilangan rambut, pembotakan (alopecia).
- Mengkaji kemampuan perawatan diri klien untuk merawat rambut (kondisi penyakit klien merusak kemampuan klien dalam perawatan rambut).
- Praktik perawatan rambut : dengan mengkaji gaya rambut petugas kesehatan dapat mengatur pola rambut, produk perawatan, waktu perawatan.

PERAWATAN GIGI DAN MULUT

- Mulut merupakan rongga, merupakan sistem pencernaan dan bagian tambahan sistem pernafasan sehingga tidak bersih dan penuh dengan bakteri, maka harus dibersihkan.
- Mulut terdiri dari bibir, gigi, lidah dan langit-langit. Mukosa mulut normal berwarna merah muda terang dan basah.
- Gigi normal terdiri dari tiga bagian, kepala, leher dan akar

- Higiene mulut : membantu mempertahankan status kesehatan mulut, gigi, gusi dan bibir yang sehat menstimulasi nafsu makan.
- Sedangkan cara membersihkannya dengan menyikat gigi sesudah makan dan sebelum tidur, atau sesuai kebutuhan, dengan menggunakan sikat
- Tanggung jawab petugas kesehatan pada higiene mulut adalah pemeliharaan dan pencegahan dengan cara mengajarkan teknik yang benar, memotivasi, memberikan pendidikan dan membantu membersihkan gigi dan mulut.

PERAWATAN MATA

- Secara normal tidak ada perawatan khusus yang diperlukan untuk mata karena secara terus-menerus dibersihkan air mata, dan kelopak mata dan bulu mata mencegah masuknya partikel asing.
- Seseorang hanya membersihkan kotoran mata dapat menempel pada sudut mata dan bulu mata, sehingga perlu menjaga kebersihan untuk mempertahankan kesehatan mata dan mencegah infeksi.
- Klien yang tidak sadar berisiko cedera mata karena refleks kedipan tidak ada.

Perawatan hidung

- Hidung memberikan indera penciuman, pemantau temperatur, kelembaban udara serta mencegah masuknya partikel asing ke dalam sistem pernafasan.
- Akumulasi sekresi yang mengeras di dalam nares dapat merusak sensasi olfaktori dan pernafasan.
- Iritasi mukosa nasal menyebabkan pembengkakan, mengarah pada obstruksi nares.
- Secara tipikal, perawatan higienis hidung adalah sederhana, tetapi untuk klien menggunakan nasogastrik, pemberian makan enteral, atau pipa endotrakhea yang masuk ke dalam membutuhkan perhatian khusus.
- Hidung terdiri dari mukosa hidung, maka harus dijaga agar tidak terjadi iritasi.

Perawatan telinga

- Higiene telinga mempunyai implikasi untuk ketajaman pendengaran, bila substansi lilin atau benda asing berkumpul pada kanal telinga luar, yang mengganggu konduksi suara.
- Khususnya pada lansia rentan terkena masalah ini.
- Petugas kesehatan harus sensitif pada isyarat perilaku apapun yang mengindikasikan kerusakan pendengaran.
- Telinga harus dibersihkan bila ada kotoran yang menyumbat telinga, dengan mengeluarkan secara pelan.
- Ketika merawat klien yang menggunakan alat bantu pendengaran, petugas kesehatan menginstruksikan klien pada pembersihan dan pemeliharaan yang tepat seperti teknik komunikasi yang meningkatkan pendengaran kata yang diucapkan.

Perawatan Genetalia

- Perawatan genetalia merupakan bagian dari mandi lengkap. Seseorang yang paling butuh perawatan genetalia yang teliti adalah yang beresiko terbesar infeksi. Seseorang yang tidak mampu melakukan perawatan diri dapat dibantu keluarga untuk melakukan *personal hygiene*

Ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi personal hygiene, yaitu status kesehatan, budaya, social-ekonomi, pengetahuan / perkembangan dan cacat atau gangguan mental.



Sehingga seseorang tidak mampu untuk pemenuhan keperawatan kebersihan dirinya yang meliputi kulit, mata, hidung, genitalia, dan lain-lain .



Bila pemenuhan kebersihan diri klien tidak terpenuhi akan menimbulkan masalah seperti, 1) gangguan fisik yaitu mukosa mulut, integritas kulit dan lain-lain, 2) dan psikologis



Peran perawat untuk memenuhi kebutuhan perawatan klien seperti, perawatan mandi, cuci rambut, gosok gigi, genitalia, mata, hidung, telinga

Manfaat perawatan Personal Hygiene



Perawatan Kulit

- Memiliki kulit yang utuh bebas bau badan dapat mempertahankan rentang gerak, merasa nyaman dan sejahtera, serta dapat berpartisipasi dan memahami metode perawatan kulit

Mandi

- Mandi dapat menghilangkan mikroorganisme dari kulit serta sekresi tubuh, menghilangkan bau tidak enak, memperbaiki sirkulasi darah ke kulit, membuat individu merasa rileks dan segar serta meningkatkan citra diri individu

Perawatan mulut

- Mukosa mulut utuh yang terhidrasi baik serta untuk mencegah penyebaran penyakit yang ditularkan melalui mulut, mencegah penyakit mulut dan gigi, meningkatkan daya tahan tubuh, mencapai rasa nyaman, memahami praktik hygiene mulut dan mampu melakukan sendiri perawatan hygiene mulut dengan benar.

Perawatan mata, hidung dan telinga

- Organ sensorik yang berfungsi normal, maka hidung dan telinga akan bebas dari infeksi, serta dapat berpartisipasi dan mampu melakukan perawatan mata, hidung, dan telinga sehari-hari.

Perawatan rambut

- Rambut dan kulit kepala bersih
- Memberikan rasa nyaman dan harga diri

Perawatan kaki dan kuku

- Merasa nyaman dan bersih
- Dapat memahami dan melakukan perawatan kaki dan kuku dengan benar

Perawatan Genetalia

- Mencegah infeksi
- Mempertahankan kebersihan genetalia
- Meningkatkan kenyamanan
- Mempertahankan *personal hygiene*

Dampak personal hygiene yang kurang

- Fisik
- Psikologis

SEKIAN



DOA SESUDAH BELAJAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللَّهُمَّ أَرِنَا الْحَقَّ حَقًّا وَارْزُقْنَا اتِّبَاعَهُ وَأَرِنَا الْبَاطِلَ بَاطِلًا
وَأَرْزُقْنَا اجْتِنَابَهُ

Ya Allah Tunjukkanlah kepada kami kebenaran sehingga kami dapat mengikutinya Dan tunjukkanlah kepada kami kejelekan sehingga kami dapat menjauhinya



UNISA
Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta