

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Gambaran *PersonalHygiene* dengan Keluhan Kulit pada Santri Pondok Pesantren As'ad Kota Jambi Tahun 2024 didapatkan sampel sebanyak 97 orang dengan kesimpulan sebagai berikut :

1. Secara umum para santri cenderung memiliki *personal hygiene* yang baik yaitu sebanyak 62,9% dan 37,1% lainnya memiliki *personalhygiene* yang buruk. Dengan indikator penilaian kebersihan kulit yang baik sebesar 63,9%, kebersihan tangan dan kuku yang baik sebesar 77,3%, kebersihan pakaian yang baik sebesar 67%, kebersihan handuk yang baik sebesar 79,4%, serta kebersihan tempat tidur dan sprei yang baik sebesar 52,6%.
2. Keluhan kulit terbanyak berupa gatal – gatal yaitu 86,6% kemudian bentol – bentol 54,6%, ruam kemerahan 37,1%, bercak putih/kemerahan 20,6%, dan paling sedikit mengeluhkan rasa panas atau terbakar yaitu 7,2%. Dan sebanyak 39,2% responden mengalami keluhan secara berulang.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, peneliti menyarankan kepada :

1. Santri.

Diharapkan kepada para santri agar selalu menjaga dan merawat kebersihan dirinya. Menjaga kebersihan kulit dengan mandi menggunakan spons dan sabun lebih dari 1 kali sehari, serta tidak berbagi sabun dengan teman. Menjaga kebersihan tangan dan kuku dengan rutin memotong kuku setiap minggu, mencuci tangan 6 langkah, membersihkan kuku dengan sabun setelah BAB/BAK. Menjaga kebersihan pakaian dengan mengganti pakaian dalam lebih dari 1 kali dalam sehari, menggunakan

baju bersih sebelum tidur, menjemur pakaian dibawah terik matahari serta tidak saling meminjam pakaian dengan teman.

Menjaga kebersihan handuk dengan menggunakan handuk sendiri dan dalam keadaan kering saat mandi, mencuci handuk tiap 2 minggu dan menjemur, serta menjemur handuk telah pakai di bawah terik matahari. Menjaga kebersihan tempat tidur dan sprei dengan rutin mengganti sprei dan menjemur kasur serta bantal tiap 2 minggu, membersihkan sprei sebelum tidur, dan tidak bergantian sprei dengan teman.

2. Pengelola Pondok Pesantren.

Diharapkan kepada pengelola untuk menyediakan fasilitas yang dapat menunjang kebersihan diri para santri seperti kualitas air yang bersih, sarana kamar sesuai kapasitas, kasur yang memadai. Dan diharapkan agar para santri mendapat layanan kesehatan yang baik seperti pemeriksaan kesehatan berkala dan bila perlu bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk mendapatkan promosi kesehatan terkait PHBS secara berkala.

3. Peneliti Selanjutnya.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat menyempurnakan penelitian ini dengan memperluas cakupan yang diteliti karena pada penelitian ini masih terbatas dalam menggambarkan penyebab terjadinya keluhan kulit pada santri. Bila memungkinkan peneliti selanjutnya dapat menambah instrumen penelitian untuk mendapatkan diagnosis pasti dari keluhan yang diderita santri.