

## Pengaruh *Personal Hygiene* dalam Pencegahan Penyakit Skabies

Setiawan Prayogi<sup>1</sup>, Betta Kurniawan<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>2</sup>Bagian Parasitologi, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

### Abstrak

Pemeliharaan personal hygiene berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya. Cara menjaga kesehatan tersebut meliputi menjaga kebersihan kulit, kebiasaan mencuci tangan dan kuku, frekuensi mengganti pakaian, pemakaian handuk yang bersamaan, dan frekuensi mengganti sprei tempat tidur. Skabies (gudik) adalah penyakit kulit akibat investasi dan sensitisasi tungau *Sarcoptes scabiei* varian hominis dan produknya pada kulit. Penyebab penyakit skabies sudah lama dikenal lebih dari 100 tahun yang lalu sebagai akibat infestasi tungau yang dinamakan *Acarus scabiei* atau pada manusia disebut *Sarcoptes scabiei* varian hominis. Faktor yang menunjang perkembangan penyakit ini antara lain sanitasi lingkungan yang kurang baik, kumuh, hygiene yang buruk.

**Kata kunci:** Personal Hygiene, Skabies

## Effect of Personal Hygiene for Preventive Action for Scabies

### Abstract

Maintenance of personal hygiene means the act of maintaining cleanliness and personal hygiene someone's physical and psychological well-being. How to maintain the health of these include skin hygiene, washing hands and nails, the frequency of changing clothes, use the same towel, and the frequency of changing the bed linen. Scabies (scabies) is a skin disease caused investment and sensitization mite *Sarcoptes scabiei* hominis variants and products on the skin. The cause of scabies disease has long been known for more than 100 years ago as a result of infestations of mites called *acarus scabiei* or in humans is called *Sarcoptes scabiei* hominis variants. Factors that support the development of this disease include poor environmental sanitation, slum, poor hygiene

**Keywords** Personal Hygiene, Scabies

Korespondensi: Setiawan Prayogi, Jl. Alimuddin Ummar Perum BBI blok 2 no. 25, Campang Raya, Tanjung Karang Timur, Bandar Lampung HP 081368361413, e-mail setiawanprayogi15@gmail.com

### Pendahuluan

Skabies merupakan penyakit kulit yang endemis di wilayah beriklim tropis dan subtropics,<sup>1,2</sup> seperti Afrika, Amerika selatan, Karibia, Australia tengah dan selatan, dan Asia.<sup>3,4</sup> Prevalensi skabies di seluruh dunia dilaporkan sekitar 300 juta kasus per tahun.<sup>5</sup> Prevalensi skabies di Indonesia menurut Depkes RI berdasarkan data dari puskesmas seluruh Indonesia tahun 2008 adalah 5,6%-12,95%. Skabies di Indonesia menduduki urutan ketiga dari 12 penyakit kulit tersering.<sup>6</sup>

Dampak yang timbul akibat skabies yang disebabkan pada masalah personal hygiene antara lain dampak fisik yaitu munculnya gangguan kesehatan fisik berupa gangguan pada kulit, kuku, rambut, mulut, gigi, telinga, hidung dan tenggorokan, dampak psikososial, yaitu terganggunya kebutuhan akan rasa nyaman, kebutuhan mencintai dan dicintai, kebutuhan aktualisasi diri, harga diri dan terganggunya interaksi sosial dengan lingkungannya.<sup>7</sup>

Faktor yang berperan pada tingginya prevalensi skabies di negara berkembang terkait dengan kemiskinan yang diasosiasikan dengan rendahnya tingkat kebersihan, akses air yang sulit, dan kepadatan hunian.<sup>8</sup>

Tingginya kepadatan hunian dan interaksi atau kontak fisik antar individu memudahkan transmisi dan infestasi tungau skabies. Oleh karenanya, prevalensi skabies yang tinggi umumnya ditemukan di lingkungan dengan kepadatan penghuni dan kontak interpersonal tinggi seperti penjara, panti asuhan, dan pondok pesantren.<sup>1,9</sup>

Pemeliharaan personal hygiene berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya. Banyak manfaat yang dapat didapat dengan merawat personal hygiene, memperbaiki personal hygiene, mencegah penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan. Personal hygiene seseorang menentukan status kesehatan secara sadar dalam menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit

terutama gangguan pada kulit. Cara menjaga kesehatan tersebut meliputi menjaga kebersihan kulit, kebiasaan mencuci tangan dan kuku, frekuensi mengganti pakaian, pemakaian handuk yang bersamaan, dan frekuensi mengganti sprei tempat tidur.<sup>10</sup>

## Isi

Penyakit skabies adalah penyakit kulit yang disebabkan oleh infestasi dan sensitisasi *Sarcoptes scabiei varietas hominis*. Siklus hidup dari telur sampai menjadi dewasa berlangsung satu bulan.<sup>11</sup> Masa inkubasi berlangsung dua minggu sampai enam minggu pada orang yang sebelumnya belum pernah terpajan.<sup>12</sup>

Skabies adalah suatu infestasi pada kulit manusia yang disebabkan oleh penetrasi parasit obligat yaitu *S. scabiei* var *hominis* ke dalam epidermis.<sup>13</sup> *Sarcoptes scabiei* membuat terowongan pada stratum korneum bagian bawah dan melepaskan substansi yang berefek pada sel keratinosit dan fibroblast yang mengawali reaksi tubuh.<sup>14</sup> Lesi skabies berupa erupsi papula kecil yang meradang terutama terdapat di sekitar aksila, umbilikus, dan paha.<sup>15</sup>

Spesies *Sarcoptes scabiei* (var. *hominis*) diklasifikasikan ke dalam filum Arthropoda yang masuk ke dalam kelas Arachnida, subkelas Acari (Acarina), ordo Astigmata, dan famili Sarcoptidae. Beberapa famili tungau yang bersifat obligat parasit pada kulit antara lain Sarcoptidae (menginfeksi mamalia), Knemidokoptidae (menginfeksi burung atau unggas), dan Teinocoptidae (menginfeksi kelelawar). Famili Sarcoptidae yang mampu menular ke manusia, yaitu *Sarcoptes scabiei*, *Notoeders cati* (host asalnya adalah kucing), dan *Trixacarus caviae* (host asalnya adalah marmut).<sup>16</sup>

Dampak yang ditimbulkan akibat skabies karena masalah personal hygiene yang pertama adalah dampak fisik, yaitu gangguan fisik yang terjadi karena adanya gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak terpeliharanya kebersihan perorangan dengan baik. Gangguan yang sering terjadi adalah gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan gangguan fisik pada kuku. Kedua, dampak psikososial, yaitu masalah-masalah social yang berhubungan dengan personal hygiene seperti gangguan rasa nyaman, interaksi social dan

aktualisasi diri. Ketiga, Scabies menyebabkan tanda kemerahan pada kulit, dan akan ditemukan pada jari-jari, kaki, leher, bahu, bawah ketiak, bahkan daerah kelamin (daerah genital). Gambaran scabies terlihat seperti kemerahan disertai dengan benjolan yang kecil.<sup>7</sup>

Terdapat empat tanda kardinal dari penyakit skabies. Pertama, pruritus nokturna, yaitu gatal pada malam hari yang disebabkan oleh aktivitas tungau lebih tinggi pada suhu yang lebih lembab dan panas. Kedua, penyakit ini menyerang manusia secara kelompok, misalnya dalam sebuah keluarga biasanya seluruh anggota keluarga terkena infeksi. Pada sebuah perkampungan yang padat penduduknya, sebagian besar tetangga yang berdekatan akan diserang oleh tungau tersebut. Ketiga, adanya terowongan (kunikulus) pada tempat-tempat predileksi yang berwarna putih dan keabu-abuan, berbentuk garis lurus atau berkelok, rata-rata panjangnya 1 cm, pada ujung terowongan itu ditemukan papul atau vesikel. Jika timbul infeksi sekunder lesi kulit polimorf. Tempat predileksinya merupakan tempat dengan stratum korneum yang tipis. Keempat, menemukan tungau, merupakan hal yang paling diagnostik.<sup>15</sup>

Faktor yang menyebabkan scabies adalah keterkaitan antara faktor sosio demografi dengan lingkungan.<sup>17</sup> Skabies dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko seperti rendahnya tingkat ekonomi, higienisitas yang buruk, hunian padat, promiskuitas seksual, tingkat pengetahuan, usia dan kontak dengan penderita baik langsung maupun tidak langsung.<sup>18</sup>

Faktor yang paling berperan terhadap kejadian skabies yaitu personal hygiene. Personal hygiene seseorang menentukan status kesehatan secara sadar dalam menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit terutama gangguan pada kulit. Cara menjaga kesehatan tersebut meliputi menjaga kebersihan kulit, kebiasaan mencuci tangan dan kuku, frekuensi mengganti pakaian, pemakaian handuk yang bersamaan, dan frekuensi mengganti sprei tempat tidur.<sup>8</sup>

Kebersihan kulit, kebersihan individu yang buruk atau bermasalah akan mengakibatkan berbagai dampak baik fisik maupun psikososial.

Kebersihan tangan dan kuku, dikarenakan sebagian besar masyarakat menggunakan tangan untuk makan, mempersiapkan makanan, bekerja dan lain sebagainya. Bagi penderita skabies akan sangat mudah penyebaran penyakit ke wilayah tubuh yang lain. Oleh karena itu, butuh perhatian ekstra untuk kebersihan tangan dan kuku sebelum dan sesudah beraktivitas. Pertama, cuci tangan sebelum dan sesudah makan, setelah ke kamar mandi dengan menggunakan sabun. Menyabuni dan mencuci harus meliputi area antara jari tangan, kuku dan punggung tangan. Kedua, Handuk yang digunakan untuk mengeringkan tangan sebaiknya dicuci dan diganti setiap hari. Ketiga, jangan menggaruk atau menyentuh bagian tubuh seperti telinga, hidung, dan lain-lain saat menyiapkan makanan. Keempat, pelihara kuku agar tetap pendek, jangan memotong kuku terlalu pendek sehingga mengenai pinch kulit.

Kebersihan pakaian perlu dijaga. Pakaian adalah bahan tekstil dan serat yang digunakan untuk melindungi dan menutupi tubuh. Alat penutup tubuh ini merupakan kebutuhan pokok manusia selain makanan dan tempat tinggal. Keringat, lemak dan kotoran yang dikeluarkan tubuh akan terserap pakaian. Dalam sehari, pakaian berkeringat dan berlemak ini akan berbau busuk dan mengganggu. Dalam keadaan ini masalah kesehatan akan muncul terutama masalah kesehatan kulit karena tubuh dalam keadaan lembab. Untuk itu perlu mengganti pakaian dengan yang bersih setiap hari. Pemakaian pakaian khusus saat tidur menjadi hal penting untuk menjaga tubuh.

Kebersihan handuk, tempat tidur dan sprei. Dapat terjadi penularan melalui kontak tidak langsung seperti melalui perlengkapan tidur atau handuk memegang peranan penting. Berdasarkan penelitian menunjukkan 44 orang (62,9%) terkena skabies dan ada hubungan antara kebiasaan pemakaian alat mandi, kebiasaan tidur bersama, kebiasaan pemakaian selimut tidur dan kebiasaan tidur bersama.<sup>15</sup>

Penularan skabies yang utama adalah kontak langsung dan tidak langsung. Penyakit scabies dapat ditularkan melalui kontak tidak langsung seperti melalui perlengkapan tidur, handuk, dan pakaian memegang peranan penting.<sup>19</sup> Butuh waktu yang lama untuk

menghilangkan rasa gatal dan perlu pemeriksaan rutin dengan cara mendatangi puskesmas kembali. Sehingga penderita harus berkunjung kepuskesmas maksimal dua minggu sekali agar penyembuhan scabies lebih intensif.<sup>20</sup>

Pada pemeriksaan laboratorium bisa melakukan pemeriksaan kerokan kulit, testinta, dan video dermatoskopi. Kerokan kulit dilakukan di daerah sekitar papula yang lama maupun baru. Hasil kerokan diletakkan di atas kaca objek dan ditetesi dengan KOH 10% kemudian ditutup dengan kaca penutup dan diperiksa di bawah mikroskop. Diagnosis scabies positif apabila ditemukan tungau, nimpa, larva, telur atau kotoran *Sarcoptes scabiei*.<sup>21</sup>

Penatalaksanaan secara umum pada pasien dianjurkan untuk menjaga kebersihan dan mandi secara teratur setiap hari. Semua pakaian, sprei, dan handuk yang telah digunakan harus dicuci secara teratur dan bila perlu direndam dengan air panas. Syarat pengobatan yang harus diperhatikan yaitu semua anggota keluarga harus diperiksa dan semua harus diberi pengobatan secara rentak dan *personal hygiene*, penderita harus mandi bersih, bila perlu menggunakan sikat untuk menyikat badan. Sesudah mandi pakaian yang akan dipakai harus disetrika.<sup>2</sup>

Semua perlengkapan rumah tangga seperti bangku, sofa, sprei, bantal, kasur, selimut harus dibersihkan dan dijemur dibawah sinar matahari selama beberapa jam.

Terapi penyakit skabies kadang-kadang mengalami kegagalan atau pengobatan tidak bisa mencapai optimal sehingga kasus masih skabies masih ada.<sup>22</sup>

## RINGKASAN

Pemeliharaan personal hygiene berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya. Banyak manfaat yang dapat didapat dengan merawat personal hygiene, memperbaiki personal hygiene, mencegah penyakit. Cara menjaga kesehatan tersebut meliputi menjaga kebersihan kulit, kebiasaan mencuci tangan dan kuku, frekuensi mengganti pakaian, pemakaian handuk yang bersamaan, dan frekuensi mengganti sprei tempat tidur. Penyakit scabies dapat ditularkan melalui kontak tidak langsung seperti melalui perlengkapan tidur, handuk,

dan pakaian memegang peranan penting. Penularan skabies yang utama adalah kontak langsung dan tidak langsung.

#### SIMPULAN

Semakin baik personal hygiene pada anak semakin mengurangi resiko penularan skabies lewat kontak langsung, maupun tidak langsung.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Steer AC, Jenney AWJ, Kado J, Batzloff MR, Vincent SL, Waqatakirewa L, et al. High burden of impetigo and scabies in a tropical country. *PLoS Negl Trop Dis*. 2009;3:e467.
2. Baker F. Scabies management. *Paediatr Child Health*. 2010;6:775-7.
3. Shelley FW, Currie BJ. Problems in diagnosing scabies, a global disease in human and animal populations. *CMR*. 2007;268-79.
4. Hengge UR, Currie BJ, Jäger G, Lupi O, Schwartz RA. Scabies: a ubiquitous neglected skin disease. *Lancet Infect Dis*. 2006;6:769-79.
5. Chowsidow O. (2006). Scabies. *The new england journal of medicine*. 35,1-16.
6. Azizah I.N. & Setiyowati W. (2011). Hubungan tingkat pengetahuan ibu pemulung tentang personal hygiene dengan kejadian skabies pada balita di tempat pembuangan akhir kota semarang. *Dinamika Kebidanan* 1, 1-5.
7. Tarwoto dan Wartoh., 2010. Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan. 4<sup>th</sup> ed. Jakarta: Salemba Medika.
8. Johnstone P, Strong M. Scabies. *BMJ*. 2008;8:1707.
9. Shelley FW, Currie BJ. Problems in diagnosing scabies, a global disease in human and animal populations. *CMR*. 2007;268-79.
10. Desmawati. Hubungan Personal Hygiene Dan Sanitasi Lingkungan Dengan Kejadian Scabies Di Pondok Pesantren Al-Kautsar Pekanbaru.2015: Vol. 2, No. 1.
11. Gandahusada S,ilahude H, dan Pribadi W. Parasitologi Kedokteran. Edisi 3. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universita Indonesia. 2004;264-266.
12. Chin J. Control of Communicable Diseases Manual. 17<sup>th</sup> Edition. Washington DC: America Public Health Association. 2000;44-447.
13. Badri M. 2008. *Hygiene Perseorangan Santri Pondok Pesantren Wali Songo Ngabar Ponorogo*. Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Vol 17, No 2. Hlm 2.
14. Rakhmawati, D., dkk., 2012. Laporan Kasus: *Crusted Scabies*. Pertemuan Ilmiah Tahunan XII PERDOSKI. Solo.
15. Brown, R.G. and Tony B., 2005. Lecture Notes Dermatology. 8<sup>th</sup> ed. Yogyakarta: Erlangga.
16. McCarthy, JS, Kemp, D, dan Currie, BJ. 2004. *Scabies : more than just an irritation*. *Postgraduate Medical Journal*. 80:382-387.
17. Baur B., Sarkar J.,Manna N., & Bandyopadhyay L. (2013). The Pattern of Dermatological Disorders among Patients Attending the Skin O.P.D of A Tertiary Care Hospital in Kolkata, India. *Journal of Dental and Medical Sciences* 3, 1-6.
18. Handoko R P. Skabies dalam Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin (Edisi keenam), Badan Penerbit FKUI, 2010. Jakarta, 122-125.
19. Mansyur, M., Wibowo, A. A., Maria,A., Munandar, Abdillah, A., Ramadora,A. F. 2007. Pendekatan Kedokteran Keluarga pada Penatalaksanaan Skabies Anak Usia Pra-Sekolah. *Majalah Kedokteran Indonesia*, Vol. 57, No. 2, Februari 2007:63-67.
20. Burkhart, C. G., C. N. Burkhart., and K. M. Burkhart. 2000. An Epidemiologic and Therapeutic Reassessment of Scabies. *Cutis*, (65): 233-240.
21. Buchart CG> Scabies: An Epidemiologic Reassessment. *Ann. Int. Med*. 98: 1983;498-503.
22. Kenneth AMD. Pedoman Terapi Dermatologis. Edisi 2. Yogyakarta: Yayasan Essentica Medica : 1984;105.