

## DAFTAR PUSTAKA

1. Isro'in L. *Personal Hygiene* Konsep, Proses, dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan. In Yogyakarta: Graha Ilmu; 2012.
2. Departemen Kesehatan. Prinsip-Prinsip *Hygiene* dan Sanitasi Makanan. In Jakarta; 2000.
3. Potter. PA. Buku Ajar Fundamental Keperawatan; Konsep, Proses, dan Praktik. 4th ed. Jakarta: EGC; 2005.
4. Kementerian Kesehatan Republik. Tentang Kesehatan. 2013; Available from: <http://eprints.umpo.ac.id>.
5. Miranti, Adi. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap dan *Hygiene* Perorangan (*Personal Hygiene*) Penjamah Makanan pada Penyelenggaraan Makanan di Asrama Putri Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga Surabaya; 2016.
6. Akmal, Gayatri. Hubungan *Personal Hygiene* Dengan Kejadian Skabies di Pondok Pendidikan Islam Darul Ulum, Palarik Air Pecah, Kecamatan Kota Tengah Padang. Fakultas Kedokteran Andalas, Padang; 2013.
7. Mutia. Hubungan *Personal Hygiene* dan Karakteristik Individu dengan Keluhan Kesehatan Kulit pada Pengumpul Makanan Ternak Di TPS Kenangan Kelurahan Kenangan Kecamatan Percut Sei Tuan. Universitas Sumatra Utara; 2017.
8. Santri M. Gambaran Sanitasi Dasar dan *Personal Hygiene* Pekerja di Fa. Talaha *Textil* Industri Muaro Kalaban Kecamatan Silungkang Sawahlunto. Padang ; jurnal Poltekkes Padang; 2014.
9. Astuti, Wiraman. Hubungan *Hygiene* Perorangan dengan Sanitasi Lapas Terhadap Kejadian Penyakit *Herpes* di Lapas Wanita Kelas II A Semarang. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Semarang; 2011.
10. Diana, Romanda. Hubungan *Personal Hygiene* dengan Keberadaan *Escherichia Coli* pada Makanan di Tempat Pengolahan Makanan (TPM) *Buffer Area* Bandara Adi Soemarmo Surakarta. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2012.
11. Aulia F. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Personal Hygiene* Terhadap Pengetahuan dan Sikap SDN Rembes 1 Dusun Watugimbal Kecamatan Beringin Kabupaten Semarang. Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang; 2013.
12. Aryanto S. Hubungan antara *Hygiene* Perorangan dan Sanitasi Lingkungan dengan Kejadian Diare pada Kelompok Umur Dewasa di Desa Bangunjiwo, Kabupaten Bantul Yogyakarta Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak; 2014.
13. Wulandari. Hubungan *Hygiene* Perorangan dan Pemakaian Alat Pelindung Diri dengan Gangguan Kulit pada Pekerja UD. PS Pindang Juwana Pati. Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswanto Semarang; 2017

14. Jasmine, Rosida. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Tentang *Personal Hygiene* dengan Perilaku Pencegahan Penularan Skabies Studi Observasional pada Narapidana Anak di Lembaga Permasayarakatan Anak Klas IIA Martapura. Universitas Negeri Padang; 2014.
15. Purnama. Hubungan Pengetahuan Sikap dan Perilaku *Personal Hygiene* dengan Kejadian Keputihan Patologi pada Remaja Putri Kelas IX di MTSN Wonokromo Bantul. Fakultas kedokteran Andalas, Padang; 2013.
16. Heru, S. Kesehatan Lingkungan Untuk Keperawatan. Yogyakarta: diterbitkan oleh Fitramaya; 2013.
17. Suma'mur P. *Hygiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. CV Sagung Seto; 2009.
18. Permenaker trans. Peraturan Menteri Tenaga Kerja Dan Transmigrasi Republik Indonesia Nomor Per.08/Men/Vii/2010 tentang pengawasan ketenaga kerjaan dan alat pelindung diri. 2010; Available from: [https://betterwork.org/in-labourguide/permenaker-08-2010-alat\\_pelindung\\_diri](https://betterwork.org/in-labourguide/permenaker-08-2010-alat_pelindung_diri).
19. Skinner, B.F. Ilmu Pengetahuan dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2013.
20. Mubarak WI. Promosi Kesehatan untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
21. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, Ilmu dan Seni. Revisi. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2012.
22. Priyoto. Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
23. Muhammad I. Pemanfaatan SPSS dalam Penelitian Kesehatan dan Umum. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis; 2016.

## KUESIONER

### HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PEKERJA PABRIK KELAPA SAWIT DENGAN *PERSONAL* *HYGIENE* PERORANGAN DI PT. SIMPANG KANAN LESTARINDO DESA SIMPANG KANAN KABUPATEN ROKAN HILIR RIAU TAHUN 2018

#### Keterangan Responden :

- No. Responden :
- Nama :
- Jenis Kelamin :
- Umur :
- Pendidikan : A. SD  
B. SMP  
C. SMA  
D. Diploma/ Sarjana

#### A. KUESIONER PENGETAHUAN

##### Petunjuk Pengisian :

Berilah Tanda *Checklist* ( ) pada Jawaban yang Anda Anggap Benar!

1. Pengertian *personal hygiene* adalah.....
  - a. Usaha untuk memelihara, menjaga dan mempertinggi derajat kesehatan individu mulai dari ujung rambut sampai kaki.
  - b. Suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya.
  - c. Usaha untuk mencegah penyakit kulit khususnya dermatomikosis dan pengetahuan.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* adalah.....
  - a. Suku, agama, warna kulit dan status sosial.
  - b. Gambaran individu, praktik sosial, status sosial ekonomi dan pengetahuan.
  - c. Praktik sosial, pilihan pribadi, citra tubuh, status sosial ekonomi, pengetahuan dan motivasi, variabel budaya, kondisi fisik.

3. Tujuan *personal hygiene* adalah.....
  - a. Meningkatkan derajat kesehatan seseorang, memelihara kebersihan diri seseorang dan mencegah penyakit.
  - b. Memelihara kebersihan diri seseorang, meningkatkan derajat ekonomi seseorang dan keluarga.
  - c. Memelihara pengetahuan seseorang, dan meningkatkan kesehatan orang lain.
4. Komponen *personal hygiene* .....
  - a. Perawatan kulit, rambut, mata, kebersihan telinga, kebersihan hidung, perawatan mulut, perawatan kaki dan kuku, dan perawatan genitalia.
  - b. Gotong royong membersihkan lingkungan, kebersihan mesjid, kebersihan ditempat kerja dan kebersihan pakian.
  - c. Kebersihan rambut dan kulit kepala, kebersihan tangan, kaki dan kuku serta kebersihan pakaian.
5. Syarat air untuk mencuci pakian adalah.....
  - a. Jernih dan bersih, tidak berwarna, tidak berbau dan mengandung garamkapur agar noda pada pakian cepat hilang.
  - b. Jernih, tidak berwarna, berbau dan mengandung garam kapur.
  - c. Jernih, tidak jernih, bewarna, berbau dan mengandung garam kapur
6. Berikut ini adalah cara-cara kebersihan pakian adalah.....
  - a.
    1. Mencuci pakian, handuk dan spreï secara teratur dengan sabun dan keringkan disinar matahari.
    2. jangan membiasakan memakai pakian, handuk dan spreï orang lain.
    3. hindari memakai busana yang sudah berbau.
  - b.
    1. Mencuci pakian, handuk dan spreï secara teratur dengan sabun dan keringkan disinar matahari
    2. jangan membiasakan memakai pakaian, handuk dan spreï bersama agar lebih hemat.
    3. hindari memakai busana yang sudah berbau.
  - c.
    1. Sehabis dipakai seharusnya selalu dicuci, direndam diterjen terlebih dahulu, supaya kuman penyakit yang menempel dilam pakian bsa mati dan dikucep memakai tangan atau mesin cuci.
    2. dibilas menggunakan air bersih, dijemur dibawah matahari sampai kering, disetrika dan ditarok dilemari pakaian.
7. Kebersihan badan dapat dilakukan dengan cara.....
  - a. Mandi menggunakan sabun mandi secara rutin 2x sehari (bila perlulebih) dan bila terkena jamur kulit, lakukan mandi seperti biasa.
  - b. Mandi menggunakan sabun mandi secara rutin 2x sehari (bila perlu lebih) dan bila terkena jamur kulit, jangan mandi dahulu sampai jamur menghilang.
  - c. Rutin mencuci rambut, rajin mandi, merawat kesehatan kulit, menjaga kebersihan mulut dan gigi, membersihkan keteak, mencuci tangan, kesehatan kuku dan kebiasaan toilet.

8. Kebersihan rambut dan kulit kepala dapat dilakukan dengan cara:.....
  - a. Mencuci rambut, bersihkan kulit kepala, mencuci alat-rambut yang digunakan, jangan gunakan produk rambut kadaluarsa, mengobati ketombe, dan keramas jika berkering.
  - b. Mencuci rambut 1x seminggu dengan menggunakan shampo/ bahan pencuci rambut lainnya dan menggunakan alat-alat pemeliharaan rambut bersama agar lebih hemat.
  - c. Mencuci rambut sekurang-kurangnya 2x seminggu dengan menggunakan shampo/bahan pencuci rambut lainnya dan menggunakan alat-alat pemeliharaan rambut.
9. Berikut adalah gangguan kesehatan bila tidak membersihkan rambut dan kulit kepala.....
  - a. Infeksi jamur, serangga, kerusakan zat tanduk dan ketombe.
  - b. Infeksi jamur, infeksi bakteri, infeksi virus dan ketombe.
  - c. Infeksi jamur, infeksi bakteri, infeksi virus, ketombe, *seborrheic dermatitis*, *cradle cap*, dan kutu kepala.
10. Tips menjaga dan memelihara tangan, kaki dan kuku, diantaranya adalah.....
  - a.
    1. Potong kuku 1x seminggu atau saat terlihat panjang.
    2. Agar kuku menjadi kuat dan tidak gampang patah, gunakan daun pepaya dan gosokkan didasar kuku, dapat juga direndam dalam cuka dan air daun sirih yang sudah dihangatkan.
  - b.
    1. Untuk perawatan kuku, minyak kelapa dengan menggunakan kapas pada seluruh kuku dapat membantu kuku agar tetap kuat, dan tidak mudah patah dan bersinar.
    2. tumit halus dan tidak pecah-pecah, gunakan lotion pada bagian tumit, kemudian tutup dengan kaos kaki sepanjang malam. Keesokan paginya tumit akan terasa lebih halus lakukan hal ini setiap pagi sampai anda mendapati tumit tidak pecah-pecah lagi.
  - c.
    1. Potong kuku 1x seminggu atau saat terlihat panjang.
    2. Agar kuku menjadi kuat dan tidak gampang patah, gunakan belimbing sayur dan gosokkan didasar kuku. Dapat juga direndam dalam cuka apel dan minyak zaitun yang sudah dihangatkan.

## B. KUESIONER SIKAP

### Petunjuk Pengisian :

Berilah Tanda *Checklist* ( ) pada Jawaban yang Anda Anggap Benar!

Keterangan:

SS : Sangat setuju

S : Setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat tidak setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Suatu perusahaan harus mewajibkan para pekerja menjaga kebersihan diri ( <i>hygiene</i> ) dengan selalu mandi sebelum dan sesudah bekerja.				
2.	Para pekerja perusahaan harus mencuci tangan sesudah melakukan pekerjaan.				
3.	Pakaian pekerja harus diganti dan dicuci setiap hari.				
4.	Sebelum makan, para pekerja sebaiknya menggantikan seluruh pakaian yang dipakai saat bekerja.				
5.	Menjaga kebersihan dan kesehatan makanan dapat dilakukan dengan mencuci tangan dengan sabun sebelum makan				
6.	Meningkatkan kebersihan diri dan kebersihan tempat kerja adalah cara paling tepat untuk mencegah timbulnya penyakit diperusahaan				
7.	Penerapan <i>hygiene</i> tidak mempengaruhi kualitas suatu pekerjaan				
8.	Menjaga kebersihan tangan dan kaki sangat penting dilakukan karena dapat mencegah berbagai penyakit.				
9.	Memelihara kebersihan, keamanan dan kenyamanan tempat kerja merupakan kewajiban semua pihak baik pekerja maupun perusahaan				
10.	Sebelum ditempatkan disuatu posisi pekerja sebaiknya pekerja melakukan pemeriksaan kesehatan dan pemeriksaan berkala juga perlu dilaksanakan.				

### C. KUESIONER *PERSONAL HYGIENE*

No	Pertanyaan	Pilihan	
		Ya	Tidak
1	Apakah dipabrik menggunakan sumber air yang bersih?		
2	Apakah air yang digunakan dipabrik jernih atau tidak berbau, dan tidak berwarna, tidak beracun?		
3	Apakah anda membuang sampah pada tempat sampah yang tersedia dipabrik?		
4	Apakah dengan menjaga PHBS dilingkungan kerja bisa membuat lingkungan pabrik menjadi bersih dan sehat?		
5	Apakah anda menggunakan jamban dipabrik dengan air bersih setelah menggunakannya?		
6	Apakah anda selalu mencuci tangan dengan air dan sabun setelah siap melakukan pekerjaan?		
7	Apakah anda membersihkan pabrik setiap hari adalah salah satu cara memberantas jentik nyamuk?		
8	Apakah anda pernah mendengar tentang perilaku hidup bersih dan sehat ditempat kerja ?		
9	Apakah pentingnya melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dalam lingkungan pabrik?		
10	Apakah menurut anda sehat pada fisik berpengaruh pada kesehatan rohani dan jasmani?		