

**PENYULUHAN PENTINGNYA MENJAGA KEBERSIHAN KUKU PADA LANSIA DI  
LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL PONDOK LANJUT USIA MA`ARIF  
MUSLIMIN KOTA PADANGSIDIMPUAN**

Oleh:

Heka Afriannur Pasaribu

Program Studi Desain Fashion

[hekaafriannurpsb@gmail.com](mailto:hekaafriannurpsb@gmail.com), 081361265415

**ABSTRAK**

Menu merupakan salah satu fase perkembangan manusia yang wajib dilalui apabila seseorang itu berumur Panjang. Lansia dikategorikan dari umur 60 tahun ke atas. Orang yang tinggal di Lembaga kesejahteraan sosial pondok lanjut usia Ma`arif Muslimin kota padangsidiimpuan rata-rata berumur 60-92 tahun. Lansia ini memiliki berbagai macam alasan mengapa mereka lebih memilih menetap disini dibandingkan dengan tinggal Bersama keluarga mereka. Penyuluhan yang dilakukan ini diharapkan dapat meningkatkan keimanan dan ketaqwaan para lansia. Melakukan hal-hal sepele seperti menggunting kuku secara islam yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW. Penyuluhan ini juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran para lansia untuk menjaga kebersihan kuku mereka. Karena tangan memegang peranan penting dalam kehidupan kita terutama Ketika kita memakan makanan. Kalau kuku kotor, kuman penyakit ada menyebabkan para lansia ini akan mengalami berbagai macam penyakit.

**Kata kunci:** Lansia, kebersihan, menggunting kuku

**ABSTRACT**

*Aging is one of the phases of human development that must be passed if a person lives long. Elderly people are categorized as aged 60 years and over. People who live in the Ma'arif Muslimin elderly boarding social welfare institution, Padangsidimpuan city, are on average 60-92 years old. These elderly people have various reasons why they prefer to settle here compared to living with their families. It is hoped that this counseling will increase the faith and devotion of the elderly. Doing trivial things such as cutting nails according to Islam was taught by the Prophet Muhammad SAW. It is also hoped that this education will increase the awareness of the elderly to keep their nails clean. Because hands play an important role in our lives, especially when we eat food. If your nails are dirty, disease germs are present, causing the elderly to experience various kinds of diseases.*

**Key words:** *Elderly, cleanliness, nail clipping*

**1. PENDAHULUAN**

Menjaga kebersihan kuku merupakan hal yang sangat penting diperhatikan dalam kehidupan sehari-hari. Karena kuku ada di jari tangan kita, yang sering kita gunakan untuk

makan,. Terutama para lansia diharapkan untuk lebih memperhatikan kuku mereka. Selain dari pandangan yang sudah mulai kabur seiring dengan faktor usia yang semakin bertambah adalah menjadi

satu alasan sehingga para lansia sulit untuk memotong kuku mereka. Sedangkan tangan kita yang dipergunakan di dalam kehidupan sehari-hari untuk mengerjakan semua hal menjadi penyebab rentannya tangan/ kuku menjadi kotor. Kuku yang kotor Ketika kita gunakan untuk makan maka hal ini bisa menyebabkan diare ataupun penyakit lainnya.

Dalam agama islam hal ini menjadi perhatian yang penting. Selain kebersihan Sebagian dari iman, kebersihan pangkal Kesehatan, ada juga hadist nabi Muhammad SAW:" Selain termasuk sunnah Rasulullah saw yang sepatutnya diikuti, potong kuku juga bagian dari perawatan diri yang dianjurkan secara medis. Kuku yang panjang berpotensi jadi sarang kotoran dan bakteri. Jadi, potonglah kuku secara berkala untuk mencegah penyebaran penyakit.

Sunnah potong kuku sebaiknya dimulai dari tangan kanan. Ini karena Aisyah r.a menuturkan bahwa Rasulullah saw selalu memulai sesuatu baik dari bagian kanan. Imam Nawawi menganjurkan memotong kuku dimulai dari jari telunjuk kanan, lalu jari tengah, jari manis, kelingking, dan jempol kanan. Berpindah ke tangan kiri, dahulukan memotong kuku jari kelingking, lalu jari manis, jari tengah, jari telunjuk, dan terakhir jempol kiri. Sementara untuk jari kaki, pemotongan kuku disunnahkan mulai dari jari kelingking kaki kanan. Kemudian potong kuku secara berurutan ke arah kiri hingga berakhir di jari kelingking kaki kiri.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan ini dilaksanakan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Pondok Lanjut Usia Ma'Arif Muslimin yang ada di kota padangsidimpuan. Bertempat di kelurahan batang Ayumi jae, ada panti social yang semuanya penghuninya para lansia yang sudah tidak memiliki suami ataupun istri. Mereka memilih menetap dan tinggal disana dengan berbagai macam alasan. Penyuluhan ini dilakukan untuk menjaga Kesehatan dan kebersihan kuku para lansia, untuk meningkatkan kesadaran mereka. Melalui penyuluhan ini diharapkan para lansia lebih meningkatkan kesadarannya untuk menjaga kebersihan kuku. Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh para lansia yang ada di Lembaga Kesejahteraan Sosial Pondok Lanjut Usia Ma'Arif Muslimin. Mereka sangat antusias dalam mengikuti penyuluhan ini. Acara dimulai dengan memperkenalkan diri oleh panitia dilanjut dengan para lansia saling menyebutkan nama dan tempat asal mereka. Tetapi sebelum acara ini dimulai panitia terlebih dahulu sudah meminta ijin kepada pengelola Lembaga Kesejahteraan Sosial Pondok Lanjut Usia Ma'Arif Muslimin untuk melakukan penyuluhan di tempat ini. Acara dilanjut dengan penyampaian materi dan memperagakan cara memotong kuku sesuai sunah nabi. Memberikan contoh langsung kepada para lansia secara satu persatu agar mereka lebih paham.

Kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan lancar dan tertib. Para lansia terlihat sangat antusias dalam mengikuti arahan dan demonstrasi dari tim yang melakukan penyuluhan. Para lansia langsung mempraktekkannya karena pada saat akan melakukan penyuluhan, para tim sudah menyiapkan gunting kuku untuk dibagikan satu persatu kepada para lansia. Para tim juga menjelaskan kepada lansia tentang hal-hal yang akan terjadi apabila tidak memotong kuku dengan benar dan tidak menjaga kebersihan kuku. Pada penyuluhan ini menggunakan media laptop, infokus, LCD, spanduk dan pengeras suara.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Lansia yang tinggal di panti social Sejahtera ini berusia 60-92 tahun. Mereka hidup rukun dan saling membantu dalam kehidupan sehari-hari. Penyuluhan ini berlangsung dengan lancar tertib dan memperoleh hasil yang memuaskan. Seluruh lansia yang tinggal di panti sosial sejahtera kota padangsidimpuan mengikuti dengan penuh khitmad. Sebagian dari para lansia selama ini menggunting kuku secara sembarangan, kini mereka telah bisa dan mengerti dengan cara hukum islam. Ucapan terimakasih terdengar dari bibir para lansia, karena dengan diadakanya penyuluhan ini bertambah ilmu dan pengetahuan para lansia dan mereka pun bertambah pahalanya. Karena telah mengerjakan sesuai anjuran nabi Muhammad SAW. Jadi tidak ada satu pun yang terlepas dari pahalanya

Allah SWT sekalipun dalam mengerjakan hal kecil seperti menggunting kuku.

### 4. REFERENSI

Arikunto S. *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta; 2013.

Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahannya dengan transliterasi*, Semarang: PT. Karya Toga Putra,t.t.

Departemen Kesehatan RI. 2010. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Lanjut Usia Bagi Petugas Kesehatan*: Jakarta.

Gani, Wahyuni, T.D, dn Susmini. 2017. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Lansia Dengan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Di Dusun Bendungan Wilayah Kerja Puskesmas Wisata Dau Malang*. Jurnal Nursing news Vol. 2 No. 3.

Hasan, Abdul Halim, *Tafsir Al-Ahkam*, Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2006, cet. I, edisi I. M.

Syuhudi Ismail, *Metodologi Penelitian Hadis*, Jakarta: Bulan Bintang, 1992.

Notoadmojo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.

Wawan, Dewi M. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.

Sugiyono. *Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung : Alfabeta; 2015.

## 5. DOKUMENTASI KEGIATAN

