

Studi Komparatif *Personal Hygiene* Mahasiswa Universitas Indonesia di Indekos dan Asrama

Christy Lavenia

Januarista Amartya Dyasti

KSM Eka Prasetya Universitas Indonesia

Alamat: Ruang KSM Eka Prasetya UI, Gedung Pusat Kegiatan Mahasiswa UI Lantai 2 Jalan Prof. Dr. Fuad Hassan, Kampus Baru Universitas Indonesia, Depok
Alamat email: ksm.ekaprasetyaui@gmail.com

Abstrak.

Kesehatan merupakan salah satu aspek kesejahteraan individu yang menjadi modal utama seseorang dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Perilaku dalam menjalani kehidupan sehari-hari berhubungan dengan kesehatan individu (*personal hygiene*). Rendahnya kepedulian individu terhadap *personal hygiene* dapat memicu beberapa penyakit menular maupun tidak menular. Namun menjaga kesehatan tak jarang bukanlah hal yang diutamakan ketika seseorang disibukkan dengan suatu pekerjaan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat *personal hygiene* pada mahasiswa, khususnya mahasiswa Universitas Indonesia yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI dengan yang bertempat tinggal di indekos dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Metode Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif komparatif dengan teknik *purposive sampling* menggunakan survei daring. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini yaitu mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos lebih memperhatikan *personal hygiene* dibandingkan dengan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI.

Kata Kunci: kesehatan, *personal hygiene*, studi komparatif

I. LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia berdasarkan UU No. 36 Tahun 2009¹. Kesehatan menjadi salah satu aspek kesejahteraan negara dan kewajiban warga negara. Oleh karena itu, kesehatan adalah modal utama dalam menjalani

kegiatan dan salah satu kunci kesuksesan seseorang. Namun ketika seseorang disibukkan dengan suatu pekerjaan, kewajiban menjaga kesehatan bukanlah hal yang diutamakan.

Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kementerian Kesehatan, pada tahun 2014 terdapat 10 penyakit penyebab kematian tertinggi di Indonesia yang didominasi oleh jenis Penyakit Tak Menular. Adanya jenis Penyakit Menular pada 10 kategori penyakit yang ditentukan dapat

¹Republik Indonesia. 2009. *Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan*. Lembaran RI Tahun 2009, No. 144. Sekretariat Negara. Jakarta.

menunjukkan bahwa Indonesia sedang mengalami masa “Penyakit Ganda”².

Gambar 1. Penyakit Penyebab Kematian Tertinggi di Indonesia pada tahun 2014



Sumber : Litbang ‘Kompas’/BIP, dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kementerian Kesehatan

Berdasarkan keterangan gambar di atas, terdapat 3 Penyakit Menular yang menyumbang angka kematian yang tinggi yaitu, tuberkulosis pernapasan (peringkat ke-4, dengan persentase 5,7 %), infeksi saluran pernapasan bawah (peringkat ke-6, dengan persentase 4,9%), dan diare yang disertai infeksi pencernaan (peringkat ke-10, dengan persentase 1,9 %). Adapun salah satu pemicu faktor penyebab timbulnya ketiga penyakit tersebut yaitu lingkungan yang kotor. Lingkungan yang kotor dapat diakibatkan oleh perilaku individu yang tidak menjaga lingkungan seperti membuang sampah sembarangan. Kewajiban menjaga lingkungan agar tetap bersih merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan, karena lingkungan kotor dapat menjadi media yang baik bagi beberapa penyakit. Selain itu, kewajiban menjaga lingkungan juga tertera pada Pasal 10 UU No. 36 Tahun 2009

² Kemenkes RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta : Kemenkes RI.

yang menyatakan, bahwa setiap orang berkewajiban berperilaku hidup sehat untuk mewujudkan, mempertahankan, dan memajukan kesehatan yang setinggi-tingginya³, dan UU No. 23 Tahun 1992 Pasal 3 yang menyatakan bahwa setiap orang wajib ikut serta dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan perorangan, keluarga, dan lingkungannya⁴.

Perilaku atau kebiasaan seseorang dalam menjalankan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan kebersihan (*personal hygiene*) yang juga dapat mempengaruhi kesehatan. Menurut Wartonah (2010), *personal hygiene* adalah upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya untuk memperoleh kesejahteraan fisik dan psikologis⁵. Praktik *personal hygiene* bertujuan untuk meningkatkan kesehatan pada individu, dengan kulit sebagai garis tubuh pertama yang melakukan pertahanan melawan infeksi⁶.

Salah satu penyakit yang timbul akibat dari *personal hygiene* yang buruk adalah timbulnya penyakit *scabies*. *Scabies* adalah penyakit kulit menular yang bersifat zoonosis (infeksi yang ditularkan diantara hewan vertebrata dan manusia), disebabkan oleh tungau *Sarcoptes scabiei*. Prevalensi *scabies* di Indonesia menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2000 sebesar 4,60-12,95% dan penyakit *scabies* menduduki urutan ketiga dari 12 penyakit kulit tersering. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi *scabies* di

³ Pasal 10 UU No. 36 Tahun 2009, Op.cit.

⁴ Republik Indonesia. 1992. *Undang-Undang No. 23 Tahun 1992 tentang kesehatan*. Lembaran RI Tahun 1992, No. 100. Sekretariat Negara. Jakarta.

⁵ Wartonah, Tarwoto. 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

⁶ Perry, Potter. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 4. Jakarta : EGC.

Puskesmas Seluruh Indonesia pada tahun 2009 mencapai 3,9-6%, ini menunjukkan bahwa Indonesia belum terbebas dari penyakit ini⁷. Penelitian yang dilakukan oleh Ma'rufi (2005) menyatakan bahwa sebagian besar santri di Pesantren Lamongan memiliki *personal hygiene* yang tak baik dengan prevalensi penyakit *scabies* (73,70%).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Auly Tamali di Pondok Pesantren Darussalam dengan judul "Hubungan *Hygiene Perorangan* terhadap Kejadian *Scabies*" mendapatkan hasil bahwa santri yang pernah mengalami *scabies* dengan *personal hygiene* yang kurang terdapat 50% dari jumlah responden⁸. Di sisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Btari Sekar menyatakan tentang hubungan *personal hygiene* sanitasi lingkungan dan status gizi siswa pada tahun 2011, mendapatkan hasil bahwa siswa yang memiliki *personal hygiene* yang baik 5,96 kali tidak terkena *scabies* dibanding siswa yang memiliki *personal hygiene* tak baik, dan siswa yang memiliki status gizi kurang dari 4,7 lebih mudah terkena *scabies* dibanding siswa yang memiliki status gizi yang baik⁹. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ummul Haeri mengenai faktor yang berhubungan dengan kejadian *scabies* di Pondok Pesantren Darul Huffad Kabupaten Bone menyatakan bahwa 27,7% santri mengalami *scabies* disebabkan oleh sanitasi lingkungan yang buruk, dan sebanyak 51,9 % santri mengalami

scabies disebabkan tingkat *personal hygiene* yang rendah¹⁰.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian *personal hygiene* di lingkungan mahasiswa salah satu Perguruan Tinggi Negeri di Indonesia, yaitu Universitas Indonesia. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa dianggap memiliki intelektualitas dan kecerdasan yang tinggi, serta memiliki perencanaan yang matang dalam bertindak dan berpikir kritis di kalangan masyarakat. Selain itu, penulis pun memiliki pandangan bahwa mahasiswa merupakan salah satu unsur masyarakat yang memiliki tingkat pendidikan di atas rata-rata dan lingkungan perkuliahan yang senantiasa memperingatkan mahasiswanya untuk berperilaku bersih. Penulis ingin membandingkan tingkat *personal hygiene* mahasiswa yang bertempat tinggal di asrama mahasiswa dengan mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos, dengan asumsi awal mahasiswa yang tinggal di asrama memiliki *personal hygiene* yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang tinggal di indekos, dengan salah satu alasan yaitu fasilitas kamar mandi yang digunakan bersama dengan penghuni lain dan kualitas air yang tidak selalu bersih. Maka dari itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian *personal hygiene* di kalangan mahasiswa dengan judul "**Studi Komparatif *Personal Hygiene* Mahasiswa Universitas Indonesia di Indekos dan Asrama**".

⁷ Ma'rufi. 2005. *Faktor i8cSanitasi Lingkungan yang Berperan terhdap Prevalensi Penyakit Skabies di Pondok Pesantren Kabupaten Lamongan*. Surabaya : Universitas Airlangga.

⁸ Tamali A. 2009. *Hubungan Antara Perilaku Higieni Perorangan dengan Kejadian Skabies pada Santri Putri di Pondok Pesantren Darussalam Ngadirejo Temanggung*.

⁹ Putri BSSA. 2011. *Hubungan Higiene Perorangan Sanitasi Lingkungan dan Status Gizi Terhadap Kejadian Skabies Pada Anak*.

¹⁰ Haeri U. 2012. *Faktor yang berhubungan dengan kejadian skabies di pondok pesantren darrul huffad di kab. Bone. Kesehatan Masyarakat*.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Personal Hygiene

Menurut Wartonah (2010), *personal hygiene* adalah upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya untuk memperoleh kesejahteraan fisik dan psikologis¹¹. Sementara itu, menurut Hidayat (2008) perilaku *personal hygiene* bertujuan sebagai pertahanan diri terhadap perawatan pribadi yang dilakukan baik secara sendiri maupun dengan bantuan, selain itu *personal hygiene* pun bertujuan untuk melatih hidup sehat dan bersih dan menciptakan penampilan yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan¹², sehingga dapat disimpulkan bahwa *personal hygiene* dapat diartikan sebagai suatu perilaku yang mencerminkan upaya dalam diri suatu individu untuk mempertahankan kebersihan pada dirinya, sehingga tidak mudah terjangkit penyakit dan kesehatan dapat dijaga dengan baik.

Berdasarkan tujuan tersebut, dalam kehidupan sehari-hari dapat diketahui bahwa kesadaran dalam hal pemeliharaan kesehatan dan kesehatan setiap orang berbeda-beda, hal ini didasari oleh beberapa faktor. Menurut Potter dan Perry (2005), *personal hygiene* dalam diri seseorang dipengaruhi oleh citra tubuh yang merupakan pandangan subjektif seseorang terhadap penampilan fisiknya, praktik sosial yang biasanya didapatkan dari pengalaman pihak-pihak disekeliling lingkungan (orangtua, teman, rekan

kerja, dan sebagainya), status ekonomi, pengetahuan, dan budaya¹³.

Di sisi lain, terdapat pula macam-macam *personal hygiene* yang diantaranya terdiri dari:

- a. *Hand hygiene*, individu berusaha untuk menghilangkan dan meminimalkan adanya kotoran ataupun kuman di tangannya. *Hand hygiene* dapat dilakukan dengan mencuci tangan, mencuci tangan dengan sabun antiseptik, *antiseptic handrub*, dan *surgical handscrub*. Dalam kehidupan sehari-hari, praktik *hand hygiene* yang biasa dilakukan adalah mencuci tangan (*handwashing*) sebelum dan sesudah makan, dan setelah ke kamar mandi dengan menggunakan sabun.
- b. *Body hygiene*, individu berusaha untuk menjaga tubuh bebas dari kotoran dan kuman sehingga dapat mengurangi peluang timbulnya penyakit. Salah satu praktik *body hygiene* yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari adalah mandi, yang bertujuan untuk membersihkan kulit, serta mengurangi keringat, beberapa bakteri, dan sel kulit mati.
- c. *Oral care*, individu berusaha untuk menjaga kesehatan mulut, gigi, gusi dan bibir. Salah satu praktik *oral care* yang dapat dilakukan adalah menggosok gigi untuk mengurangi partikel-partikel makanan, plak, dan bakteri yang melekat di bagian mulut.
- d. *Specal hair application*, individu berusaha untuk mencegah pertumbuhan bakteri pada rambut. Salah satu praktik dari jenis *personal hygiene* ini adalah dengan membersihkan rambut 2 kali sehari dengan *shampo*,

¹¹ Wartonah, Tarwoto. 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

¹² Hidayat, M. 2014. *Problematika Kesehatan di Pesantren*. [online].
<http://jurnalantropologi.fisip.unand.ac.id/index.php/jantr/o/article/view/19>. Diakses pada 30 Mei 2019 pukul 19.50 WIB.

¹³ Potter, PA, Perry, AG. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta EGC.

mencukur bulu kemaluan secara rutin dalam rentang 40 hari.

- e. *Clothes hygiene*, individu berusaha untuk melindungi tubuh dari pengaruh lingkungan luar dan menghindari tubuh dari beberapa penyakit menular melalui pakaian. Salah satu praktik *clothes hygiene* yang dapat dilakukan adalah mencuci baju dengan sabun cuci, dan tidak membiarkan pakaian kotor bertumpuk di suatu tempat atau wadah.

Mahasiswa dan *Personal Hygiene*

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan mahasiswa sebagai objek penelitian. Menurut Siswoyo (2007), mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Kalangan mahasiswa dianggap memiliki tingkat intelektualitas dan kecerdasan yang tinggi, serta memiliki perencanaan yang matang dalam bertindak dan berpikir kritis. Berdasarkan asumsi masyarakat tersebut, maka peneliti tertarik untuk menggunakan mahasiswa sebagai subjek berlangsungnya *personal hygiene*. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan objek mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan usia 18 hingga 25 tahun, yang dikategorikan di masa remaja akhir hingga masa dewasa awal dalam sesi perkembangan. Dalam menjalankan dunia perkuliahan, beberapa mahasiswa biasanya memilih untuk bertempat tinggal di lokasi yang berdekatan dengan perguruan tingginya, seperti indekos atau asrama mahasiswa dan

perlu untuk dipelihara kebersihan lingkungannya, khususnya kamar penghuni.

Asrama Mahasiswa dan Kebersihan Lingkungan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), asrama adalah bangunan tempat tinggal bagi kelompok orang untuk sementara waktu, terdiri atas sejumlah kamar, dan dipimpin oleh seorang kepala asrama¹⁴. Toffler (dalam Kusmintardjo, 1933: 36) mendefinisikan asrama sebagai suatu tempat tinggal bagi anak-anak dimana mereka diberi pengajaran¹⁵. Sementara itu, menurut Keputusan Presiden No 40 Tahun 1981 asrama mahasiswa adalah suatu lingkungan perumahan sebagai tempat tinggal mahasiswa, yang dalam perkembangan lebih lanjut, dimungkinkan memiliki sarana lingkungan untuk melengkapinya, seperti kantin, lapangan olahraga, dan sarana lainnya yang dikelola mahasiswa dalam bentuk koperasi¹⁶. Jadi, asrama mahasiswa adalah suatu bangunan tempat tinggal bagi mahasiswa yang sedang melanjutkan pendidikan tinggi di suatu lembaga yang memiliki sarana lingkungan dan difasilitasi oleh pihak perguruan tinggi. Mayoritas perguruan tinggi negeri di Indonesia menyediakan ruangan tempat tinggal bagi mahasiswanya yang biasa disebut asrama mahasiswa. Asrama memiliki karakteristik yang bervariasi dalam ukuran, bentuk, fasilitas, dan jumlah penghuninya. Umumnya,

¹⁴ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2016. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. [online]. <https://kbbi.kemendikbud.go.id/entri/Asrama>. Diakses pada tanggal 30 Mei 2019 pukul 21.39 WIB.

¹⁵ Kusmintardo. 1992. *Pengelolaan Layanan Khusus di Sekolah*. IKIP Malang. Hlm 36

¹⁶ *Keputusan Presiden Tentang Pembangunan Asrama Mahasiswa untuk Perguruan Tinggi di Seluruh Indonesia*, Kepres Nomor 40 Tahun 1981.

gedung-gedung dalam asrama dibedakan berdasarkan jenis kelamin penghuninya dan biaya pembayaran sewa kamar per bulan yang lebih murah dibanding biaya sewa perbulan indekos. Kamar asrama mampu menampung satu atau dua mahasiswa tanpa kamar mandi dalam, sehingga kamar mandi yang ada dapat digunakan bersama. Penelitian yang dilakukan Moh. Badri menyatakan bahwa santri yang tinggal di asrama 83,3% memiliki *personal hygiene* yang rendah, hal ini didasari oleh adanya kamar mandi yang digunakan bersama dan kualitas air yang kurang baik¹⁷. Selain itu, terdapat beberapa asumsi mahasiswa yang menyatakan bahwa dengan biaya asrama yang murah berarti kualitas kebersihan lingkungan di asrama kurang baik, sehingga tidak jarang terdapat beberapa mahasiswa yang menolak untuk tinggal di asrama.

Indekos dan Kebersihan Lingkungan

Selain asrama mahasiswa, tempat tinggal alternatif lainnya yang biasa mahasiswa pilih adalah indekos. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), indekos memiliki definisi tinggal di rumah orang lain dengan atau tanpa makan (dengan membayar setiap bulan)¹⁸. Indekos memiliki karakteristik jumlah penghuni yang bervariasi, namun biasanya terdiri dari 1 atau 2 orang, mayoritas fasilitas kamar mandi yang ada didalam kamar, dan terdapat beberapa indekos yang tak membedakan setiap blok kamar berdasarkan jenis kelamin penghuni, mayoritas indekos tidak

memiliki kantin dan biaya sewa kamar yang lebih mahal dibandingkan asrama mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Moris dkk menunjukkan 49 dari 100 orang responden penghuni indekost mengalami keluhan kesehatan kulit yang disebabkan oleh *personal hygiene* yang buruk¹⁹. Akan tetapi, beberapa mahasiswa memiliki asumsi bahwa mereka yang tinggal di indekos memiliki *Personal hygiene* yang lebih baik dibanding mahasiswa yang tinggal di asrama dengan alasan kamar mandi yang digunakan secara personal.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif, yang mana peneliti mengumpulkan data dengan mengirimkan kuesioner dan disajikan dalam bentuk angka guna membandingkan suatu variabel dengan variabel lainnya²⁰. Penelitian ini dilaksanakan pada 29 April 2019 – 13 Mei 2019 dengan menyebar survey *online* dengan aplikasi pengolahan data Microsoft Excel dan *Statistical Package for the Social Science* (SPSS).

Kriteria subjek penelitian ini merupakan mahasiswa aktif UI dari berbagai fakultas dan bertempat tinggal di indekos dan Asrama Mahasiswa UI. Teknik *sampling* yang digunakan merupakan *purposive sampling*, yaitu partisipan dipilih berdasarkan kriteria yang telah disusun oleh peneliti. Alat ukur yang digunakan penelitian ini diadaptasi dari penelitian terdahulu dengan judul

¹⁷ Badri, M. 2007. Hygiene Perseorangan Santri Pondok Pesantren Wali Songo Ngabrar Ponorogo. *Media Penelitian Kesehatan*. Vol 17, No 2.

¹⁸ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Op.cit., <https://kbbi.kemendikbud.go.id/entri/Indekos>. Diakses pada tanggal 30 Mei 2019 pukul 21.56 WIB.

¹⁹ Hawa, Moris D, dkk. 2013. *Hygiene Sanitasi dan Keluhan Kesehatan Kulit Penghuni Rumah Kost Kelurahan Padang Bulan Selayang I Kecamatan Medan Selayang Tahun 2013*. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara.

²⁰ Daymon, Christine, dan Immy Holloway. 2008. *Metode-metode Riset Kualitatif dalam Public Relation & Marketing Communication*. Yogyakarta, Benteng: xvi + 450 hlm.

Personal hygiene among college students in Kuwait: A Health promotion perspective, akan tetapi terdapat beberapa poin pertanyaan yang dihapuskan karena tidak sesuai dengan kebiasaan dan karakteristik masyarakat di Indonesia.

IV. HASIL DAN DISKUSI

Analisis statistika menunjukkan bahwa partisipan yang bertempat tinggal di indekos (M = 73,10, SD = 9,850) memiliki skor *personal hygiene* yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI (M = 76,26, SD = 8,856). Perbedaan mean signifikan, $t(175), -2,238, p = 0,026, two-tail$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang bertempat tinggal di kos secara signifikan lebih memperhatikan *personal hygiene* dibandingkan dengan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel.

Tabel Hasil Statistik dari Pengisian Kuesioner (N= 177)

| Tempat Tinggal | N | Mean | Standar Deviasi |
|---------------------|-----|-------|-----------------|
| Asrama Mahasiswa UI | 77 | 73,10 | 9,85 |
| Indekos | 100 | 76,26 | 8,85 |

Nilai tersebut merupakan hasil kalkulasi dari 5 kelompok yaitu, *hand hygiene* (8 poin pertanyaan), *body hygiene* (3 poin pertanyaan), *clothes hygiene* (2 poin pertanyaan), *oral hygiene* (5 poin pertanyaan), dan *special hair hygiene* (2 poin pertanyaan). Konsistensi dari setiap poin

pertanyaan telah dikalkulasi dan reabilitasnya dapat diterima dengan koefisien *Cronbach's alpha*²¹.

Mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos (M = 29,23, SD = 4,618) memiliki tingkat kepedulian yang lebih tinggi terhadap *handy hygiene* dengan mencuci tangan menggunakan air dan sabun cuci tangan atau sabun antibakteri, menggunakan *hand sanitizer*, memotong kuku secara teratur dan mencuci tangan setelah memotong kuku, mencuci tangan sebelum dan setelah pergi ke toilet, dan menggunakan handuk kecil untuk mengeringkan tangan lebih sering dibandingkan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI (M = 26,57, SD = 5,396).

Mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos (M = 11,81, SD = 2,308) memiliki tingkat kepedulian yang lebih tinggi terhadap *body hygiene* dengan mandi dan keramas menggunakan sabun atau sampo dan air setiap hari, menggunakan *cotton bud* untuk membersihkan telinga, menggunakan *deodorant* ketika diperlukan lebih sering dibandingkan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI (M = 11,61, SD = 2,308).

Mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos (M = 18,45, SD = 3,118) memiliki tingkat kepedulian yang lebih tinggi terhadap *oral hygiene* dengan menyikat gigi minimum sehari sekali, menyikat gigi setelah mengonsumsi makanan, khususnya makanan manis, mengganti sikat gigi setiap 3 bulan sekali, menggunakan *mouth wash* ketika diperlukan lebih sering dibandingkan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI (M = 18,31, SD = 3,062).

²¹ Al-Rifaai, Jenan, *dkk.* 2018. Personal hygiene among college students in Kuwait: A Health promotion perspective. *Jurnal Assessment of factors influencing hygiene behaviour* vii: 1-9 hlm.

Mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos ($M = 8,38$, $SD = 2,093$) memiliki tingkat kepedulian yang lebih tinggi terhadap *special hair* dengan menggunakan pisau atau alau cukur pribadi untuk mencukur rambut bagian tertentu dibandingkan dengan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI ($M = 8,23$, $SD = 1,807$). Terakhir, mahasiswa yang bertempat tinggal indekos ($M = 8,39$, $SD = 1,428$) memiliki tingkat kepedulian yang lebih tinggi terhadap *clothes hygiene* dengan mengganti pakaian setiap hari dan mencuci pakaian lebih sering dibandingkan dengan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI ($M = 8,38$, $SD = 1,565$).

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Tempat tinggal dapat mempengaruhi kepedulian seseorang terhadap kesehatan dan *personal hygiene* dirinya sendiri, hal tersebut dapat ditunjukkan dari tingkat kepedulian mahasiswa yang bertempat tinggal di indekos terhadap *personal hygiene* lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang bertempat tinggal di Asrama Mahasiswa UI. Terdapat 5 kelompok *personal hygiene* yaitu, *hand hygiene*, *oral hygiene*, *body hygiene*, *special hair application*, dan *clothes hygiene* dengan pertanyaan yang sudah teruji konsistensi dan validitasnya yang dapat merepresentatifkan kepedulian seseorang terhadap kebersihan dirinya sendiri.

Peneliti berharap setiap orang, khususnya mahasiswa dapat lebih menjaga dan peduli terhadap *personal hygiene* dirinya sendiri untuk menghindari beberapa penyakit yang dapat diakibatkan oleh tingkat kebersihan yang rendah.

