

Gambaran Pemenuhan Personal Hygiene Mahasiswa Kesehatan di Kota Tangerang Banten

Overview of Personal Hygiene Fulfillment of Health Students in Tangerang City, Banten.

Merri Silaban^{1*}, Ikah Sartika¹

¹Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug, Kota Tangerang, Banten, Indonesia

Article History	Abstrak
Article info: Received: March 20th, 2023 Revised: June 19th, 2023 Accepted: June 23th, 2023 Corresponding author: Name: Merri Silaban Address: Perum Teratai Griya, Legok Tangerang E-mail: merrisilabano810@gmail.com Website: http://ejournal.stikesrshusada.ac.id/index.php/jkh/ http://dx.doi.org/10.33377/jkh.v8i1.155 pISSN 2548-1843 eISSN 2621-8704	Pendahuluan: Personal hygiene merupakan salah satu hal yang menentukan status kesehatan secara sadar dalam menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit terutama gangguan pada kulit. Personal hygiene sangat dibutuhkan dan penting dalam kehidupan sehari-hari, apalagi sebagai seorang Mahasiswa. Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi. Tujuan: Diketuainya Gambaran Pemenuhan Personal Hygiene Mahasiswa Tingkat I, II dan III di Kota Tangerang Banten. Metode: Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Hasil: Penelitian menunjukkan perawatan 98,2 % berada pada kategori bersih, perawatan kuku dan kaki pada kategori bersih 93 % responden. Kategori perawatan rambut 82,5 % responden berada pada kategori bersih, perawatan gigi dan mulut 91,2 responden berada pada kategori tidak bersih, perawatan telinga dan hidung 75,4 % berada pada kategori bersih, kategori berpakaian 70,2 % responden berada pada kategori tidak bersih. Kesimpulan: Personal hygiene responden pada Perawatan Kulit Perawatan Kuku dan Kaki, Perawatan Rambut, Perawatan Telinga dan Hidung Sebagian besar responden berada pada kategori baik, hal tersebut dipengaruhi karena Sebagian besar responden mulai memahami bagaimana pentingnya memperhatikan personal hygiene. Sedangkan personal hygiene responden dalam melakukan Perawatan Gigi dan Mulut serta Berpakaian, Sebagian besar dalam kategori kurang, hal tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan Kesehatan pada responden, sehingga personal hygiene pada responden terkait Perawatan Gigi dan Mulut serta Berpakaian harus ditingkatkan lagi. Kata Kunci: Mahasiswa, Personal Hygiene

Abstract

Introduction: Personal hygiene is one of the things that determines health status consciously in maintaining health and preventing diseases, especially disorders of the skin. Personal hygiene is very much needed and important in everyday life, especially as a student. A student is someone who is in the process of gaining knowledge or studying and is registered to be undergoing education at one of the universities. **Objective:** To know the Picture of Personal Hygiene Fulfillment of Level I, II and III Students in Tangerang City, Banten. **Methods:** The research used is descriptive research. **Results:** The results showed that 98.2% of treatments were in the clean category, nail and foot care in the net category of 93% of respondents. The hair care category 82.5% of respondents were in the clean category, dental and oral care 91.2 respondents were in the unclean category, ear and nose care 75.4% were in the clean category, the dressing category 70.2% of respondents were in the unclean category. **Conclusions:** The personal hygiene of respondents on Nail and Foot Care Skin Care, Hair Care, Ear and Nose Care Most of the respondents were in the good category, this was influenced because Most respondents began to understand how important it is to pay attention to personal hygiene. While the personal hygiene of respondents in doing Dental and Oral Care and Dressing, Mostly in the category of lacking, this can increase the risk of health problems in respondents, so personal hygiene in respondents related to Dental and Oral Care and Dressing must be improved again.

Keywords:

Students, Personal Hygiene



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License CC BY -4.0

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah tanggung jawab dari diri sendiri untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya, dengan cara menjaga dan memelihara kebersihan dalam kehidupan sehari-hari. *Personal hygiene* merupakan suatu usaha yang dilakukan untuk memelihara kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan fisik maupun psikisnya (Samosir, 2020). Masalah kesehatan yang diakibatkan oleh kurangnya *personal hygiene* dapat dialami oleh siapa saja termasuk para remaja. Masa remaja disebut juga masa adolescence (tumbuh menjadi dewasa) (Siswandi et al., 2022).

Mahasiswa dengan usia remaja yang tinggal di tempat kost, asrama, atau rumah kontrakan rentan terserang penyakit, baik penyakit tidak menular maupun menular. Penyebab utama dari permasalahan tersebut karena kurangnya perhatian untuk menjaga *personal hygiene* masing-masing mahasiswa (Esthevyani et al., 2021). *Personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan baik fisik maupun psikisnya. Perilaku *higiene personal* yang baik akan meminimalkan pintu masuk mikroorganisme sehingga dengan minimnya mikroorganisme diharapkan dapat meminimalkan resiko individu terkena penyakit (Edi Purwono, 2020).

Kebersihan adalah subjek yang sangat pribadi, dan mendorong perubahan dalam kebersihan membutuhkan keterampilan dan perawatan. Perserikatan Bangsa-Bangsa melaporkan bahwa ada 2,5 miliar orang yang masih belum menggunakan fasilitas sanitasi yang lebih baik dan sedikit lebih dari 1 miliar orang yang melakukan buang air besar sembarangan. Diare adalah penyebab terbesar kematian balita secara global di negara-negara berkembang karena praktik kebersihan pribadi yang buruk. Di Afrika sub-sahara, 44% dari populasi menggunakan fasilitas bersama atau tidak disetujui atau diperkirakan 26% melakukan buang air besar sembarangan (Tamiru et al., 2017).

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. Akibat yang terjadi jika tidak melakukan atau menjaga *personal hygiene* dengan baik maka akan beresiko terjadinya berbagai macam penyakit. Faktor yang paling mendominasi dalam penularan penyakit adalah masalah sanitasi lingkungan, kebersihan perseorangan (*personal hygiene*) yang, perilaku yang tidak mendukung kesehatan (WIBOWO, 2019).

Personal hygiene sangat dibutuhkan dan penting dalam kehidupan sehari-hari, apalagi sebagai seorang Mahasiswa. Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi (Lavenia & Dyasti, 2019). Mahasiswa dianggap memiliki tingkat intelektualitas dan kecerdasan yang tinggi, dan memiliki perencanaan yang matang dalam bertindak dan berpikir kritis untuk menjaga kesehatannya, namun masih banyak mahasiswa yang tidak peduli dengan kebersihan dirinya didapatkan banyaknya pakaian kotor yang masih tergantung, perilaku mahasiswa yang tidak mencuci tangan setelah membersihkan kamar, selain itu mahasiswa masih ada yang menggunakan sabun/peralatan mandi secara bergantian dengan teman kos lainnya (Samosir, 2020).

Dari hasil penelitian Putra & Winaya (2018) dengan judul Pengaruh *personal hygiene* terhadap timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2014 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana didapatkan hasil bahwa Mahasiswa yang memiliki tingkat *personal hygiene* buruk lebih banyak mengalami akne vulgaris. Terdapat hubungan yang signifikan antara menjaga *personal hygiene* dengan timbulnya akne vulgaris ($p = 0,020$).

Hasil observasi yang dilakukan peneliti kepada 11 mahasiswa Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug didapatkan ada 6 mahasiswa (54,5%) yang giginya berlubang dan 5 mahasiswa (45,5%) yang giginya tidak berlubang, 9 mahasiswa (81,8%) yang bertukar pakaian dan 2 mahasiswa (18,2%) yang tidak bertukar pakaian, 6 mahasiswa (54,5%) terdapat serumen dilubang telinga dan 5 mahasiswa (45,5%) tidak terdapat serumen sehingga masih ada mahasiswa yang masih tidak memperhatikan *personal hygienenya*.

Melihat fenomena tersebut dan mengingat pentingnya *personal hygiene* bagi para mahasiswa yang merupakan calon tenaga kesehatan ini maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran *personal hygiene* mahasiswa tingkat 1, 2 dan 3 di Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya Gambaran Pemenuhan *Personal Hygiene* Mahasiswa Tingkat I, II dan III di Kota Tangerang Banten. Adapun tujuan khusus yaitu diketahui karakteristik responden, usia, jenis kelamin, semester, suku dan agama serta diketahui gambaran *personal hygiene* mahasiswa.

METODE

Desain

Metode penelitian adalah teknik yang digunakan untuk struktur sebuah studi dan untuk mengumpulkan dan menganalisis informasi secara sistematis. Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif penelitian yang dimiliki sebagai tujuan utama penggambaran yang akurat karakteristik orang, situasi, atau kelompok, atau frekuensi fenomena tertentu terjadi (Polit & Beck, 2012). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif, untuk mengidentifikasi gambaran pemenuhan *personal hygiene* Mahasiswa.

Jumlah sampel dan Teknik sampling

Sampel dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa aktif Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug. Metode pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* jenis total sampling, jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Penarikan sampel yang dilakukan dengan menggunakan *confinience/accidental sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil sampel yang tersedia atau kebetulan ada pada saat penelitian dilakukan (Sugiyono, 2011), dalam penelitian ini jumlah sampel sebanyak 57 responden.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi *personal hygiene*. Menggunakan lembar observasi dan memberikan pertanyaan sebanyak 19 item pernyataan yang terbagi dalam 5 pernyataan untuk perawatan kulit, 4 pernyataan untuk perawatan kuku dan kaki, 5 pernyataan untuk perawatan gigi dan mulut, 2 pernyataan untuk hidung dan telinga, 2 pernyataan untuk rambut dan 1 pernyataan untuk berpakaian, setiap pertanyaan jika jawaban ya memiliki skor 1 dan jika jawaban tidak memiliki skor 0, total skor jawaban adalah 19. Instrumen observasi *personal hygiene* sebelumnya telah dikembangkan dan digunakan oleh Samosir (2020).

Proses pengumpulan data

Data primer didapat langsung dari Mahasiswa aktif Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug, yaitu data yang didapatkan dari institusi terkait keterangan seputar penelitian dari Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan lembar observasi.

Analisis

Cara yang dilakukan untuk menganalisis data yaitu dengan beberapa tahapan *editing, coding, scoring, tabulating* dengan menggunakan aplikasi SPSS.

Etika Penelitian

Tiga prinsip luas yang menjadi dasar mengenai standar perilaku etis dalam penelitian ini yaitu berbasis: *beneficience, respect for human*, dan *justice*.

HASIL

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden paling sedikit adalah 28, 23, dan 22 sebanyak 1,8% dan usia responden paling banyak adalah usia 19 tahun 36,8 %. Semua responden berjenis kelamin perempuan, hal ini dikarenakan lokasi pengambilan sampel dilakukan di Akademi Kebidanan yang semua mahasiswanya adalah perempuan. Suku paling sedikit dalam penelitian ini adalah Batak, Bima, Minang, Padang dan Sumatra sejumlah 1,8% sedangkan suku paling banyak dalam penelitian adalah suku sunda 36,8 %. Semua responden beragama Islam.

Tabel 1.
Data Demografi (n=57)

Demografi	f	%
Usia		
18	13	22,8
19	21	36,8
20	11	19,3
21	9	15,8
22	1	1,8
23	1	1,8
28	1	1,8
Jenis Kelamin		
Perempuan	57	100
Suku		
Batak	1	1,8
Betawi	6	10,5
Bima	1	1,8
Indonesia	6	10,5
Jawa	17	29,8
Jawa/Sunda	2	3,5
Minang	1	1,8
Padang	1	1,8
Sumatra	1	1,8
Sunda	21	36,8
Agama		
Islam	57	100

Pada tabel 2 menunjukan bahwa mayoritas pada perawatan kulit 98,2 % berada pada kategori bersih, sehingga pada kategori perawatan kulit sebagian besar mahasiswa sudah berada pada kategori bersih. Dalam melakukan perawatan kuku dan kaki, mayoritas responden berada pada kategori bersih 93 %. Kategori perawatan rambut 82,5 % responden berada pada kategori bersih. Dalam melakukan perawatan gigi dan mulut 91,2 responden berada pada kategori tidak bersih. Pada perawatan telinga dan hidung 75,4 % berada pada kategori bersih. Kategori berpakaian 70,2 % responden berada pada kategori tidak bersih, disini terlihat bahwa rerata responden memiliki perilaku *personal hygiene* dalam berpakaian yang kurang baik.

Tabel 2.
Variabel Personal Hygiene (n=57)

Variabel	f	%
Perawatan Kulit		
Tidak	1	1,8
Ya	56	98,2
Perawatan Kuku & Kaki		
Tidak	4	7
Ya	53	93
Perawatan Rambut		
Tidak	10	17,5
Ya	47	82,5
Perawatan Gigi & Mulut		
Tidak	52	91,2
Ya	5	8,8
Perawatan Telinga & Hidung		
Tidak	14	24,6
Ya	43	75,4
Berpakaian		
Tidak	40	70,2
Ya	17	29,8

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar *personal hygiene* mahasiswa dalam melakukan perawatan kulit berada pada kategori baik, hal ini dikarenakan sebagian besar responden adalah wanita, cenderung dalam melakukan perawatan pada kulit Wanita lebih memperhatikan karena selain penampilan yang kurang menarik, juga bisa menyebabkan banyak masalah kulit. Hal yang sama diungkapkan dalam penelitian Komalasari (2018) didapatkan hasil bahwa lebih dari separoh (76%) anak memiliki tindakan *personal hygiene* dikategorikan baik di Panti Sosial Bina Grahita Harapan Ibu.

Selain itu dalam penelitian Fattah (2019) juga didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara kebersihan kulit dengan kejadian penyakit kuli, seseorang yang memiliki kebersihan kulit yang buruk tentu akan berisiko untuk terinfeksi penyakit kulit, begitupun sebaliknya. Hal tersebut juga didukung dalam penelitian Armansyah (2020) yang didapatkan hasil bahwa Gambaran penyakit kulit paling banyak ditemui pada Pesantren Walisongo adalah panu dan presentase penyakit kulit yang paling banyak ditemui di Pesantren Matha'ul Anwar adalah scabies, penyakit kulit yang diderita santri dapat menggambarkan *personal hygiene* di Pesantren Matha'ul Anwar dan Pesantren Walisongo. Disarankan bagi para santri untuk dapat menjaga dan merawat kebersihan tubuhnya sendiri.

Dalam melakukan perawatan kuku dan kaki didapatkan bahwa Sebagian besar mahasiswa memiliki *personal hygiene* dalam kategori baik, hal ini dikarenakan Sebagian besar mahasiswa sudah mengetahui dampak Ketika tidak memperhatikan kebersihan kaki dan kuku, sehingga rutin dan selalu menjaga kebersihan kuku dan kaki.

Studi yang dilakukan oleh Verarica Silalahi & Putri (2017) menyatakan bahwa masih tingginya masalah *personal hygiene* kuku kaki dan tangan yang panjang dan/atau kotor menandakan bahwa masih banyak siswa yang tidak mengerti bahwa kuku merupakan tempat berkembangbiaknya kuman penyakit, tindakan kebersihan diri seseorang juga dipengaruhi oleh budaya, sosial, norma keluarga, tingkat pendidikan, status ekonomi dan kebiasaan individu

Personal hygiene dalam melakukan perawatan rambut pada responden didapatkan bahwa Sebagian besar responden berada pada kategori baik. Hal dipengaruhi oleh pengetahuan mahasiswa dalam melakukan *personal hygiene* perawatan rambut cukup karena sebagai mahasiswa Kesehatan tentunya sudah tau bagaimana pentingnya perawatan rambut.

Studi yang dilakukan oleh Arissandi et al (2019) menyebutkan bahwa *personal hygiene* rambut sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan menunjukkan kriteria kurang bersih lebih banyak dari kriteria bersih, selanjutnya *personal hygiene* rambut sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan menunjukkan kriteria bersih lebih banyak dari kriteria kurang bersih, sehingga dapat disimpulkan bahwa

Dalam hal melakukan perawatan gigi dan mulut, Sebagian besar responden berada pada kategori kurang dalam melakukan *personal hygiene* perawatan gigi dan mulut, rata-rata responden memiliki gigi yang kuning, nafas terasa bau dan muncul bau yang kurang sedap. Responden memiliki perawatan gigi dan mulut yang kurang karena belum ada kesadaran dalam melakukan perawatan gigi dan mulut. Hal ini sejalan dengan penelitian Verarica Silalahi & Putri (2017) didapatkan hasil pemeriksaan *personal hygiene*, didapatkan bahwa permasalahan mitra paling banyak adalah masalah gigi berlubang (63%) dan masalah kuku panjang dan/atau kotor (62%).

Pada penelitian Rahmawati (2021) juga mendapatkan hal yang sama bahwa asli penelitian menunjukkan 38,7% anak kurang baik dalam *personal hygiene* gigi dan mulut, diantaranya 65% adalah anak laki-laki. Kesimpulan dari penelitian ini hampir setengah dari responden memiliki perilaku kurang baik dalam melakukan *Personal Hygiene* Gigi Dan Mulut, lebih dari setengah responden anak usia sekolah dasar yang kurang baik dalam *Personal Hygiene* Gigi dan Mulut berjenis kelamin laki-laki. Peneliti merekomendasikan lokasi penelitian untuk menjaga *personal hygiene* gigi dan mulut atau untuk tindakan lain seperti mencuci tangan dan mensosialisasikan pentingnya *personal hygiene* gigi dan mulut.

Selanjutnya hasil penelitian dalam melakukan *personal hygiene* telinga dan hidung, Sebagian besar responden berada pada kategori baik, hal ini dikarenakan responden sudah tau bagaimana melakukan perawatan pada hidung dan telinga, dan juga responden sudah mengetahui bagaimana dampak jika bagian tersebut tidak dilakukan perawatan.

Studi yang dilakukan oleh Nur Chasanah (2021) didapatkan Hasil uji ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki perilaku *personal hygiene* salah satunya dalam perawatan telinga dan hidung kategori baik sebanyak 20 orang (64,5%). Hal ini dipengaruhi karena rata-rata lansia yang memiliki *personal hygiene* perawatan telinga dan hidung yang kurang baik akan merasa tidak nyaman, sehingga memiliki usaha untuk selalu menjaga *personal hygiene* utamanya dalam perawatan telinga dan hidung.

Pada hasil penelitian menunjukan bahwa perilaku *personal hygiene* dalam berpakaian responden Sebagian besar berada pada kategori kurang baik, hal tersebut dipengaruhi oleh mahasiswa yang Sebagian besar tinggal dalam kost dan jauh dari pengawasan orang tua, dan juga padatnya proses perkuliahan mahasiswa sehingga mahasiswa tidak memiliki cukup waktu dalam memperhatikan *hygiene* berpakaian. *Personal hygiene* utamanya dalam berpakaian yang kurang baik akan menyebabkan beberapa masalah Kesehatan.

Studi yang dilakukan oleh Rofifah et al (2019) didapatkan hasil bahwa *personal hygiene* dengan kejadian scabies ada hubungan *personal hygiene* santri yang dimana salah satunya adalah kurang memperhatikan *personal hygiene* dalam berpakaian. Selain itu dalam penelitian Onibala et al (2021) didapatkan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan kebersihan kulit dengan kebersihan pribadi, terdapat hubungan antara pengetahuan kebersihan kuku dengan kebersihan pribadi, tidak terdapat hubungan antara pengetahuan berpakaian dengan kebersihan pribadi, terdapat hubungan antara pengetahuan kebersihan gigi dan mulut dengan kebersihan pribadi, dan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan kebersihan membuang sampah dengan kebersihan pribadi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan yang dilakukan, *personal hygiene* responden pada perawatan kulit perawatan kuku dan kaki, perawatan rambut, perawatan telinga dan hidung sebagian besar responden berada pada kategori baik, hal tersebut dipengaruhi karena Sebagian besar responden mulai memahami bagaimana pentingnya memperhatikan *personal hygiene*.

Sedangkan *personal hygiene* responden dalam melakukan Perawatan Gigi dan Mulut serta Berpakaian, Sebagian besar dalam kategori kurang, hal tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan Kesehatan pada responden, sehingga *personal hygiene* pada responden terkait Perawatan Gigi dan Mulut serta Berpakaian harus ditingkatkan lagi.

REFERENCES

- Arissandi, D., Setiawan, christina T., & Wiludjeng, R. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Personal Hygiene Rambut Pada Anak Usia Sekola Dasar. *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(2), 40–46.
- Armansyah, D. S. (2020). Gambaran personal hygiene dan kejadian penyakit kulit di pesantren mathla'ul anwar dan pesantren walisongo. *Kesehatan Masyarakat*, 10–87. [http://repository.unmuhpkn.ac.id/1181/1/BAB I %26 V.pdf](http://repository.unmuhpkn.ac.id/1181/1/BAB%20V.pdf)
- Edi Purwono. (2020). Penerapan Higiene Personal pada Proses Penjualan Hewan Qurban di Masa Pandemi Covid 19 di Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat. *Prosiding Seminar Nasional Pembangunan Dan Pendidikan Vokasi Pertanian*, 1(1), 95–101. <https://doi.org/10.47687/snppvp.v1i1.128>
- Esthevyani, N., Darundiati, Y. H., & Wahyuningsih, N. E. (2021). Determinan Praktik Personal Hygiene Mahasiswa Universitas Diponegoro Sebagai Bentuk Pencegahan Dalam Situasi Pandemi Covid-19. *Link*, 17(1), 51–60. <https://doi.org/10.31983/link.v17i1.6796>
- Fattah, N. (2019). Hubungan Personal Hygiene dan Sanitasi Lingkungan dengan Kejadian Penyakit Kulit pada Pasien di Puskesmas Tabaringan Makassar. *UMI Medical Journal*, 3(1), 36–46. <https://doi.org/10.33096/umj.v3i1.33>
- Komalasari, W. (2018). Tindakan Personal Hygiene pada Anak di Panti Sosial Bina Graha Harapan Ibu (PSBGHI) Padang. *Ensiklopedia Of Journal*, 2(2), 157–161. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Nur Chasanah, F., Isma Sundari, R., & Netra Wirakhmi, I. (2021). Gambaran Perilaku Personal Hygiene pada Lansia di Rojinhom Kabushiki Kaisha Yoichi Yonabaru Okinawa Jepang. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 2012, 819–827. <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/746>
- Onibala, C. M., Rambitan, M. F., & Toar, J. (2021). Hubungan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Kebersihan Pribadi Siswa Di Sd Gmim 2 Tondano Kabupaten Minahasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA*, 02(02).
- Polit, F. denise, & Beck, tatano cheryl. (2012). *Nursing Research principles and methods*.
- Putra, I. P. I. A., & Winaya, K. K. (2018). Pengaruh personal hygiene terhadap timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2014 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis*, 9(2), 156–159. <https://doi.org/10.15562/ism.v9i2.258>
- Rahmawati, F. (2021). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Gigi Dan Mulut Pada Siswa SD Kelas 1. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 2(1), 57–64.
- Rofifah, T. N., Lagiono, L., & Utomo, B. (2019). Hubungan Sanitasi Asrama Dan Personal Hygiene Santri Dengan Kejadian Scabies Di Pondok Pesantren Al Ikhsan Desa Beji Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas Tahun 2018. *Buletin Keslingmas*, 38(1), 102–110. <https://doi.org/10.31983/keslingmas.v38i1.4081>
- Samosir, M. (2020). Gambaran Pemenuhan Personal Hygiene Mahasiswa Tingkat 1 Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2020 [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan]. <https://repository.stikeselizabethmedan.ac.id/wp-content/uploads/2019/04/Dian-Esvani-Manurung.pdf>
- Siswandi, I., Kristanto, B., & Warsini, W. (2022). Profil Personal Hygiene Mahasiswa Tingkat I Dan Ii Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Kosala. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 33–42. <https://doi.org/10.37831/kjik.v10i1.224>

- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Tamiru, D., Argaw, A., Gerbaba, M., Ayana, G., Nigussie, A., Jisha, H., & Belachew, T. (2017). Enhancing Personal Hygiene Behavior and Competency of Elementary School Adolescents through Peer-Led Approach and School-Friendly: A Quasi-Experimental Study. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 27(3), 245–254. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v27i3.6>
- Verarica Silalahi, & Putri, R. M. (2017). Personal Hygiene Pada Anak Sd Negeri Merjosari 3 Verarica. *Jurnal Akses Pengabdian Indonesia*, 5(1), 1–8. <https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/siklus/article/view/298><http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf><http://dx.doi.org/10.1016/j.jana.2015.10.005><http://www.biomedcentral.com/1471-2458/12/58><http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&P>
- Wibowo, V. A. (2019). *Studi Kasus Pelaksanaan Personal Hygiene Pada Lansia Yang Terjadi Skabies Di Uptd Griya Werdha Surabaya*. 1–23.