

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

1. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian terdahulu ini diharapkan peneliti dapat melihat perbedaan antara penelitian yang telah dilakukan dengan penelitian yang akan dilakukan. Selain itu, diharapkan dalam penelitian ini dapat diperhatikan mengenai kekurangan dan kelebihan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan.

Tabel II.1
Perbedaan Antara Penelitian Terdahulu Dengan Penelitian Yang Akan Dilakukan

No	Judul Penelitian	Peneliti	Tahun dan Lokasi	Rancangan Penelitian	Variabel	Hasil
1.	Faktor-faktor sanitasi lingkungan yang berperan terhadap prevalensi penyakit <i>scabies</i> pada pondok santri di Pondok Pesantren Kabupaten Lamongan	Isa Ma'rufi	2005 di Kabupaten Lamongan	Menghubungkan Faktor-faktor sanitasi lingkungan yang berperan terhadap prevalensi penyakit <i>scabies</i>	Sanitasi lingkungan, perilaku sehat, personal hygiene	Faktor sanitasi lingkungan yang berperan terhadap tingginya prevelensi <i>scabies</i> di kalangan para santri Ponpes Kabupaten Lamongan
2.	Hubungan personal hygiene santri dan sanitasi lingkungan dengan kejadian	Deka Aprilianto	2015, Kendal	Menghubungkan personal hygiene santri dan sanitasi lingkungan dengan	Personal hygiene, sanitasi kamar, kejadian <i>scabies</i>	Terdapat hubungan antara personal hygiene dan santasi kamar

	<i>scabies</i> di Pondok Pesantren Al Musyaffa' Desa Sudipayung Kecamatan Ngampel Kabupaten Kendal tahun 2015			kejadian <i>scabies</i>		terhadap kejadian <i>scabies</i>
3.	Studi Ketersediaan Sarana Prasarana Di Pondok Al Hidayah II Nurul Hidayah Asson Haji	Azzahra S.P.	2021, Kabupaten Pasuruan Kecamatan Sukorejo	Menilai dan menggambarkan ketersediaan sarana sanitasi di pondok	penyediaan air bersih, dapur, kesehatan ruang dan bangunan, kamar mandi, sampah, SPAL (Saluran Pembuangan Air Limbah), dan kamar tidur	Buruknya fasilitas sanitasi di pondok pesantren dapat menyebabkan tingginya angka penyakit pada santri

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabel penelitian. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, ada yang hanya mengkaji variabel sanitasi lingkungan, perilaku sehat, dan personal hygiene. Ada juga penelitian terdahulu yang meneliti variabel personal hygiene, sanitasi kamar, dan kejadian scabies. Sedangkan yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini adalah variabel fasilitas sanitasi meliputi penyediaan air bersih, dapur, kesehatan ruang dan bangunan, kamar mandi, sampah, SPAL (Saluran Pembuangan Air Limbah), dan kamar tidur di Pondok Pesantren Al-Hidayah II Nurul Hidayah Asson Haji.

2. Tinjauan Teori

2.1 Sanitasi Lingkungan

Menurut *World Health Organization* (WHO) sanitasi adalah suatu usaha yang mengawasi beberapa faktor lingkungan fisik yang berpengaruh kepada manusia terutama terhadap hal-hal yang mempengaruhi efek, merusak perkembangan fisik, kesehatan, dan kelangsungan hidup. Sanitasi lingkungan adalah status kesehatan suatu lingkungan yang mencakup perumahan, pembuangan kotoran, penyediaan air bersih dan lain sebagainya. Sanitasi lingkungan pemukiman adalah kondisi fisik, kimia, dan biologi di dalam rumah, lingkungan rumah, dan perumahan sehingga memungkinkan penghuni mendapatkan derajat kesehatan yang optimal. (Yoesra, 2018).

Didalam penelitian Rosmalia (2013) menyatakan bahwa sanitasi lingkungan adalah status kesehatan suatu lingkungan yang mencakup perumahan, pembuangan kotoran, penyediaan air bersih dan sebagainya. Berdasarkan persyaratan kesehatan tempat tinggal dijelaskan dalam penelitian milik Badri (2007) adalah ketentuan teknis kesehatan yang wajib dipenuhi dalam rangka melindungi penghuninya agar terhindar dari gangguan kesehatan. Sanitasi tempat tinggal dilakukan dengan cara membersihkan jendela dan perabot, menyapu dan mengepel lantai, mencuci peralatan makan, membersihkan kamar serta membuang sampah. Kebersihan lingkungan dimulai dengan menjaga kebersihan halaman dan selokan. Penularan penyakit *scabies* terjadi bila kebersihan perorangan dan kebersihan lingkungan tidak terjaga dengan baik. Faktanya sebagian pesantren tumbuh di lingkungan yang kumuh, tempat mandi dan WC yang kotor, lingkungan yang lembab, dan sanitasi yang buruk. Ditambah lagi perilaku tidak sehat, seperti menggantung pakaian di kamar, tidak menjemur handuk basah setelah digunakan dibawah sinar matahari, dan saling bertukar pakaian atau benda pribadi.

2.2 Sanitasi Lingkungan Pondok

Pondok atau Pesantren merupakan tempat santri untuk memperdalam ilmu agama islam, sekaligus tempat berkumpul dan tinggal. Pandangan masyarakat terhadap pondok merupakan tempat tinggal yang kumuh serta kondisi lingkungan yang kurang sehat, dan pola hidup yang tidak mendukung pola hidup sehat. (Handajani, 2007).

Persyaratan lingkungan fisik kesehatan pondok pesantren telah diatur dalam Keputusan Bersama Kementerian Kesehatan RI dan Kementerian Agama RI No. 728/BM/DJ/BPSM/VI dan E/51 yaitu lingkungan dan bangunan pesantren harus selalu dalam keadaan bersih, tersedia sarana sanitasi yang memadai, tidak menjadi tempat bersarang dan berkembangbiaknya serangga dan binatang pengganggu lainnya, bangunan harus utuh, kuat, terpelihara dan dapat mencegah penularan penyakit serta kecelakaan (Ani, *et.al* 2014).

2.3 Fasilitas Sanitasi

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) fasilitas adalah sarana menunjang untuk mempermudah adalah membebaskan kesulitan dan hambatan. Sanitasi adalah lingkungan cara menyetatkan lingkungan hidup manusia terutama lingkungan fisik, yaitu tanah, air, dan udara. Fasilitas sanitasi adalah sarana penunjang kesehatan untuk mempermudah peningkatan derajat kesehatan hidup manusia.

2.3.1 Penyediaan Air Bersih

Air merupakan salah satu bahan penting yang mutlak dipergunakan bagi manusia. Air erat kaitannya dengan kesehatan. Untuk mendapatkan air yang berkualitas baik dan memenuhi standar kesehatan. Apabila tidak diperhatikan air bersih yang digunakan dapat mengganggu kesehatan manusia.

Air bersih dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 32/Menkes/Per/IX/2017 dinyatakan bahwa yang dimaksud dengan air adalah Standar Baku Mutu Kesehatan Lingkungan untuk media Air

untuk Keperluan Higiene Sanitasi meliputi parameter fisik, biologi, dan kimia yang dapat berupa parameter wajib dan parameter tambahan. Air untuk Keperluan Higiene Sanitasi tersebut digunakan untuk memelihara kebersihan perorangan seperti mandi dan sikat gigi, serta untuk keperluan cuci bahan pangan, peralatan makan, dan pakaian.

Didalam penelitian Priyanto (2011) menjelaskan bahwa air bersih bagi manusia selain memberikan manfaat yang menguntungkan dapat juga memberikan pengaruh buruk terhadap kesehatan. Air yang tidak memenuhi persyaratan kesehatan dapat menjadi media penularan penyakit karena air merupakan salah satu media dari berbagai macam penularan, contohnya seperti penyakit kulit dan diare. *Water Borne Disease* adalah penyakit yang ditularkan langsung melalui air minum, dimana air minum tersebut mengandung kuman patogen dan terminum oleh manusia maka dapat menimbulkan penyakit.

Dari hal tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa penyakit yang dapat ditularkan melalui air sebagian besar dibawa oleh kuman dan bakteri yang bersumber dari air yang digunakan setiap harinya. Berikut adalah syarat kualitas fisik dan biologi air bersih sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 32/Menkes/Per/IX/2017 tentang Standar Baku Mutu Kesehatan Lingkungan dan Persyaratan Kesehatan Air untuk keperluan Hygiene Sanitasi, Kolam Renang, *Solus Per Aqua*, dan Pemandian Umum :

Tabel II.1
Syarat Kualitas Biologi Air Bersih

No.	Parameter	Unit	Baku Mutu
1.	Total coliform	CFU/100 ml	50
2.	E Coli	CFU/100ml	0

Tabel II.2
Syarat Kualitas Fisik Air Bersih

No.	Parameter	Unit	Baku mutu
1.	Kekeruhan	NTU	25
2.	Warna	TCU	50
3.	Zat terlarut	mg/l	1000
4.	Suhu	°C	Suhu udara ± 3
5.	Rasa	-	Tidak berasa
6.	Bau	-	Tidak berbau

Sumber air pada umumnya mengandung kuman dan bakteri. Jumlah dan jenis kuman dan bakteri berbeda-beda, sesuai dengan tempat dan kondisi yang mempengaruhinya. Oleh karena itu air yang digunakan untuk keperluan sehari-hari harus bebas dari kuman dan bakteri pathogen. Berikut adalah cara mencegah agar terhindar dari kuman dan bakteri pathogen menurut WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) :

- a. Air yang akan dikonsumsi harus dimasak terlebih dahulu hingga mendidih pada suhu diatas 149°F (atau 65°C) dengan waktu berkisar 10-20 menit agar semua bakteri/kuman yang hidup dalam air akan mati
- b. Gunakan air bersih yang cukup untuk keperluan bersih diri setiap hari
- c. Rutin menguras bak penampung air

2.3.2 Dapur

Dapur adalah tempat untuk mengelolah hidangan makanan yang biasanya terletak dibagian belakang. Dari aktivitas berat ketika memasak tersebut banyak timbulan-timbulan bekas memasak, seperti air bekas cipratan mencuci bahan makanan, cipratan minyak bekas menggoreng ikan atau lauk lainnya, mungkin juga bekas olahan makanan yang berjatuhan disekitar dapur. Apabila dapur terlihat kotor, maka dapat menjadi tempat bersarang dan menjadi tempat perindukan serangga dan tikus. Selain itu timbulan sampah dari kegiatan memasak juga dapat berpotensi sebagai sumber penyakit. Karena umumnya

timbulan sampah dari kegiatan memasak tersebut adalah sampah basah yang mudah membusuk. Hal itu dapat menjadi tempat perkembangbiakan lalat dan tikus, serta dapat menimbulkan bau yang tidak sedap. Didalam Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 dijelaskan mengenai ketentuan dapur pondok pesantren yang sehat sebagai berikut :

- a. Tersedia tempat untuk penyimpanan makanan jadi yang tertutup
- b. Tersedia tempat pencucian peralatan masak dengan tersedia air bersih mengalir dan sabun
- c. Tersedia tempat cuci tangan dengan air bersih mengalir dan sabun yang terpisah dengan tempat pencucian alat masak
- d. Kondisi dapur bersih (tidak berdebu, sampah tidak berserakan, tidak ada genangan, tidak berbau)
- e. Peralatan makan dan minum bersih
- f. Tidak ada makanan yang basi, berlendir, bau
- g. Tidak ada makanan berwarna kuning dan merah yang terang atau mencolok

2.3.3 Kesehatan ruangan

Suatu ruangan memiliki fungsi sebagai tempat berlindung juga berguna untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani demi kesehatan penghuninya. Dengan demikian keberadaan ruang yang sehat, aman, serasi, teratur sangat diperlukan agar fungsi dan kegunaannya dapat terpenuhi dengan baik. Pada pondok pesantren ruangan yang lebih sering dihuni oleh para santri adalah kamar tidur. Seluruh komponen penunjang kesehatan dalam ruangan dapat berpengaruh terhadap derajat kesehatan penghuninya. Seperti standart kelembapan suhu dalam ruangan, sirkulasi udara pada luas ventilasi bangunan, dan lain sebagainya. Berikut adalah komponen kesehatan ruang dan bangunan pondok pesantren yang tercantum dalam Persyaratan Kesehatan

Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 meliputi :

a. Kelembapan

Tingkat kelembapan yang terlalu tinggi didalam kamar tidur dapat membahayakan kesehatan bagi penghuninya. Beberapa bahaya tersebut diantaranya adalah flu, gatal-gatal, gangguan pernafasan, dan sebagainya. Syarat ketentuan kelembapan/suhu ruangan dalam kamar tidur santri di pondok pesantren tercantum dalam Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 yang ditinjau dari Permenkes Nomor 1077/MENKES/PER/V/2011 sebagai berikut :

Tabel II. 4
Syarat Baku Mutu Kelembapan Kamar Tidur

No.	Parameter	Satuan	Baku mutu
1.	Kelembapan	% Rh	40-60

Salah satu penyebab tingginya kelembapan ruangan adalah sirkulasi udara dan sinar matahari yang kurang lancar. Berikut adalah cara menjaga kelembapan/suhu ruangan dalam kamar :

- (1) Rutin membuka cendela kamar tidur
- (2) Cat dinding dengan cat anti jamur
- (3) Hindari meletakkan barang yang terlalu banyak kedalam kamar
- (4) Hindari menggantung baju yang masih setengah kering
- (5) Apabila kelembapan dalam ruangan masih sangat tinggi, gunakan alat untuk mengontrol kelembapan ruangan seperti AC

Pada umumnya kelembapan dalam ruangan diukur dengan menggunakan higrometer. Hygrometer adalah alat yang digunakan untuk menunjukkan suatu kelembapan ruangan dan persentase dari kelembapan yang ada di udara dengan satuan (Rh%). Cara pengukuran dengan menggunakan Hygrometer adalah dengan meletakkan alat tersebut pada tempat yang ingin diukur

kelembapannya. Kemudian ditunggu beberapa saat dan kemudian skala kelembapan akan terbaca. Skala yang terlihat umumnya ditandai dengan tanda persen (%) bersama dengan derajat Celsius.

b. Pencahayaan

Pencahayaan dalam ruangan yang baik adalah pencahayaan alami yang besumber dari matahari. Apabila cahaya yang masuk dalam ruangan tersebut kurang maka, udara dalam ruangan dapat menjadi media atau tempat yang baik untuk hidup dan berkembangbiaknya kumat dan bakteri. Fungsi dari pencahayaan alami dalam ruangan adalah dapat membunuh bakteri pathogen. Sehingga diupayakan agar setiap ruangan dapat memperoleh pencahayaan alami yang cukup. Syarat ketentuan pencahayaan ruangan dalam kamar tidur santri di pondok pesantren tercantum dalam Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 yang ditinjau dari Permenkes Nomor 1077/MENKES/PER/V/2011 sebagai berikut :

Tabel II. 5
Syarat Baku Mutu Pencahayaan Kamar Tidur

No.	Parameter	Satuan	Baku mutu
1.	Pencahayaan	LUX	60

Pengukuran intensitas cahaya dalam ruangan diukur dengan menggunakan alat Luxmeter. Satuan dari hasil pengukuran intensitas cahaya adalah LUX. Cara pengukuran intensitas cahaya tercantum dalam SNI 16-7062-2004 tentang pengukuran intensitas cahaya. Apabila luas ruangan kurang dari 10 meter persegi maka, titik potong garis horisontal panjang dan lebar ruangan adalah pada jarak setiap 1 meter. Berikut adalah cara pengukuran intensitas cahaya menggunakan Luxmeter :

- 1) Menghidupkan Luxmeter dengan membuka penutup sensor
- 2) Membawa alat ke titik pengukuran yang telah ditentukan

- 3) Membaca hasil pengukuran pada layar monitor setelah menunggu beberapa saat hingga didapat nilai angka yang stabil
- 4) Melakukan hal yang sama hingga akhir titik pengukuran
- 5) Mematikan Luxmeter setelah selesai digunakan

c. Ventilasi

Manfaat ventilasi yang baik tidak hanya untuk membuat ruangan terasa lebih nyaman, tetapi juga membuat penghuninya lebih sehat. Kamar tidur yang tidak memiliki ventilasi dapat meningkatkan risiko terjadinya infeksi pernapasan dan penyebaran penyakit oleh penghuni. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa kualitas udara yang buruk dapat menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya penyebaran penyakit menular. Ventilasi berfungsi mengalirkan udara dari luar ke dalam ruangan dan begitu juga sebaliknya. Sirkulasi udara ini bertujuan menciptakan ketersediaan udara bersih yang rendah polusi dengan maksud menjaga kelembapan dan suhu yang nyaman bagi penghuni. Syarat standar jumlah luas lubang ventilasi penghawaan adalah 15% dari luas lantai. Berikut adalah kriteria syarat luas lubang ventilasi penghawaan kamar tidur santri yang sesuai dengan Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 yang ditinjau dari Permenkes Nomor 1077/MENKES/PER/V/2011 :

- (6) Luas lubang ventilasi tetap minimal 5% dari luas lantai ruangan
- (7) Luas lubang ventilasi insidentil (dapat dibuka dan ditutup) minimal 10% dari luas lantai ruangan
- (8) Udara yang masuk harus udara bersih, tidak dicemari oleh asap kendaraan, dari pabrik, sampah, debu dan lainnya
- (9) Sirkulasi udara lancar

Salah satu dampak tidak tercukupinya luas ventilasi kamar tidur adalah kurangnya sirkulasi udara dalam ruangan, sehingga udara

dalam ruangan tersebut menjadi pengap. Anjuran menurut WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) agar sirkulasi udara dalam ruangan tetap terjaga adalah dengan cara rutin membuka cendela kamar tidur agar sirkulasi udara tetap bisa bertukar.

2.3.4 Kamar mandi

Kamar mandi adalah suatu ruangan dimana seseorang dapat mandi untuk membersihkan tubuhnya. Kadang-kadang kamar mandi juga dilengkapi dengan jamban untuk buang air besar. Menjaga kebersihan kamar mandi dapat terhindar dari paparan kuman dan bakteri yang berpenghuni di sana. Umumnya pada pondok pesantren kamar mandi yang digunakan oleh para santri adalah dengan model bersama. Model bak penampung air yang panjang dan digunakan secara bersamaan dapat menjadi faktor timbulnya angka kejadian pada santri. Pada Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 dicantumkan tentang keadaan kamar mandi pondok pesantren yang sehat sebagai berikut :

- a. Kamar mandi / WC tidak berbau
- b. Ventilasi dan penerangan kamar mandi / WC cukup
- c. Lantai kamar mandi / WC kedap air, tidak licin, dan tidak ada genangan
- d. Jumlah 1 WC atau urinoir untuk 45 santri putra
- e. Jumlah 1 WC untuk 25 santri putri
- f. Tersedia air bersih dan sabun

2.3.5 Sampah

Umumnya timbulan sampah pada pondok pesantren sangat besar. Dikarenakan dalam pondok pesantren terdiri dari banyak individu yang menghasilkan timbulan sampah setiap harinya. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2008 tentang Pengelolaan Sampah, sampah adalah sisa kegiatan sehari-hari manusia dan atau proses alam yang berbentuk padat dan terdiri dari bahan

organik dan anorganik. Hasil sisa bunangan manusia yang disebut sampah tersebut dapat berpotensi menjadi sumber penyakit. Dalam Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 sebagai berikut :

- a. Tersedia tempat sampah organik dan anorganik
- b. Tidak ada sampah yang berserakan
- c. Tersedia Tempat Pembuangan Sampah Sementara (TPS)

Dalam hal ini pewadahan dan pengangkutan sampah saling berkaitan satu sama lain. Untuk jenis sampah yang dapat didaur ulang (anorganik) minimal pengangkutannya dilakukan 3 hari sekali, dan untuk jenis sampah yang mudah terurai (organik) minimal pengangkutannya 1 hari sekali. Standart pewadahan sampah individual sudah diatur dalam Kriteria Sarana Pewadahan Sampah Kriteria Wadah Standar SNI No. 19-2454-2002 yaitu sebagai berikut :

- a. Kedap air dan udara
- b. Mudah dibersihkan
- c. Harga terjangkau
- d. Ringan dan mudah diangkat
- e. Bentuk dan warna estetis
- f. Memiliki tutup

Persyaratan penyediaan TPS di pondok pesantren juga diatur dalam Pemen PU No.03/PRT/M/2013 tentang Penyelenggaraan Prasarana dan Sarana Persampahan menjelaskan tentang syarat pembuatan TPS yang benar sebagai berikut :

- a. Luas TPS minimal 200m²
- b. Jenis pembangunan penampungan sampah sementara bukan merupakan wadah permanen
- c. Sampah tidak boleh berada di TPS lebih dari 24jam
- d. Penempatan tidak mengganggu estetika dan lalu lintas
- e. TPS harus dalam keadaan bersih setelah sampah diangkat ke TPA

2.3.6 SPAL (Saluran Pembuangan Air Limbah)

SPAL (Saluran Pembuangan Air Limbah) dapat menjadi transmisi terjadinya penyakit. Seperti contoh penyakit diare. Apabila jarak SPAL dari sumber air bersih terlalu dekat maka, sumber air bersih tersebut dapat tercemar oleh SPAL. Mengingat sumber air bersih yang digunakan adalah air yang digunakan untuk kebutuhan sehari-hari. Dalam hal ini ketentuan jarak SPAL dengan sumber air bersih sudah diatur dalam Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2008 :

- a. Tersedia septic tank dalam kondisi baik (tidak pecah)
- b. Jarak saluran pembuangan air limbah dengan sumber air bersih minimal 10 meter

Apabila pembuatan SPAL sudah terlanjur dibuat dengan jarak yang kurang dari ketentuan, maka perlu dilakukan pembangunan SPAL ulang dengan jarak yang sesuai dengan ketentuan.

2.3.7 Kamar Tidur

Kamar tidur yang ada di pondok pesantren dibangun dengan model penerapan semi asrama, dimana tempat tersebut adalah tempat untuk beristirahat yang ditujukan untuk anggota suatu kelompok. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kamar tidur adalah bangunan atau tempat berlindung dan beristirahat, sehingga kamar tidur menjadi salah satu tempat yang sering dihabiskan untuk beristirahat setelah melakukan kegiatan produktif. Pada kamar tidur juga para santri melakukan kegiatan secara bersama-sama dengan santri lainnya.

Dari hal tersebut dapat dijelaskan bahwa kamar tidur adalah salah satu tempat yang dapat menjadi klaster utama penyebaran penyakit. Untuk meningkatkan derajat kesehatan penghuninya maka, perlu menerapkan aturan standart kesehatan bangunan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Berikut adalah Persyaratan Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa

Timur Tahun 2008 menjelaskan tentang konstruksi kesehatan bangunan pondok pesantren :

- a. Luas kamar tidur sekurang-kurangnya 4m² dan dianjurkan tidak untuk lebih dari 1 orang
- b. Kamar tidur terlihat rapi (tidak ada baju bergantungan)
- c. Bantal, guling dan alas tidur tertata rapi
- d. Selimut dan tikar disimpan dalam almari yang tertutup rapat
- e. Semua alat tidur yang digunakan tidak berdebu
- f. Semua alat tidur yang digunakan terbungkus seprei

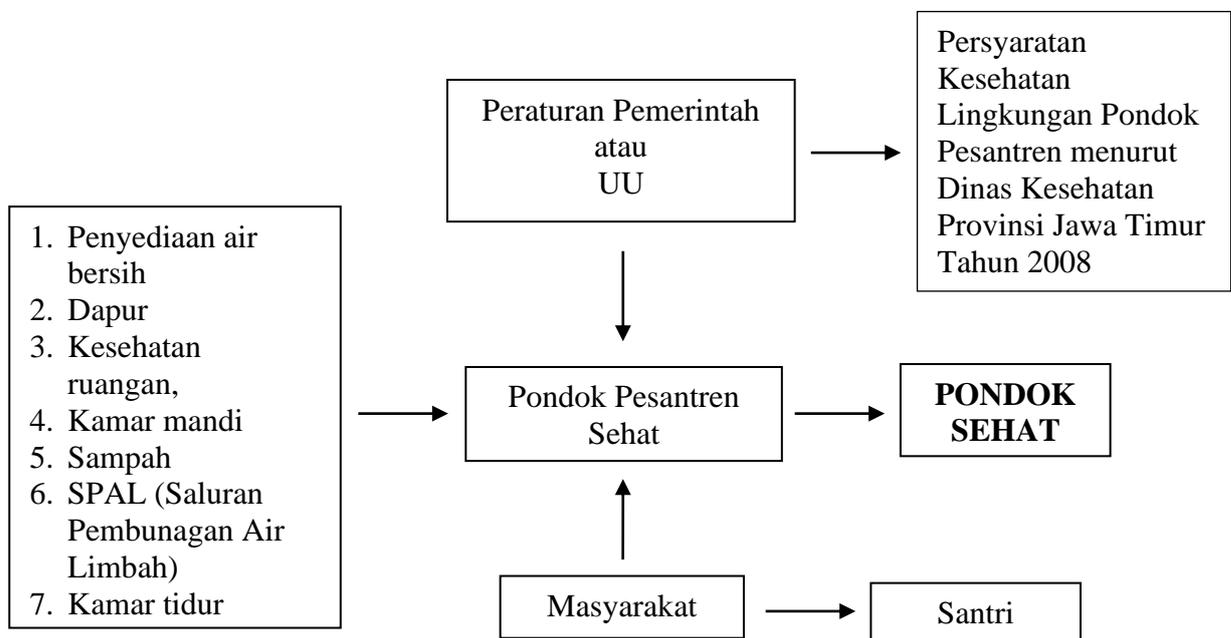
Menjaga kesehatan juga bisa dilakukan dengan mengganti peralatan tidur seperti seprei, selimut, sarung bantal dan guling dengan rutin. Selain itu, kebiasaan bergonta-ganti dengan orang lain dapat juga menjadi faktor penyebab penularan penyakit. Seperti halnya penyakit kulit berupa scabies, kudis dan penyakit gatal lainnya. Tanpa disadari banyak kuman dan jutaan bakteri yang menempel pada seprei dan sarung bantal dengan segala aktivitas yang dilakukan diatas tempat tidur dapat membawa banyak kuman, debu, serpihan makanan, bulu binatang dan lain-lain. Bersih itu adalah keadaan dimana sesuatu dinilai tidak ada kotoran ataupun noda. Apabila kebersihan tersebut dapat terjaga dengan baik maka, dapat terhindarkan dari berbagai bakteri, kuman, atau virus yang bisa menjadi pemicu berbagai penyakit. Untuk menjaga kesehatan dan terhindar dari penyakit pada alat tidur, maka hal yang harus dilakukan adalah :

- (1) Rutin mencuci seprei 2 minggu sekali
- (2) Menjemur alat tidur dibawah sinar matahari langsung
- (3) Tidak bertukar atau bergonta-ganti alat tidur dengan orang lain
- (4) Selalu membersihkan alat tidur sebelum dan sesudah tidur

Dalam hal ini kamar tidur juga dapat menjadi faktor penyebaran penyakit. Salah satu contoh adalah padatnya penghuni dalam satu ruangan. Mengingat bangunan kamar tidur para santri di pondok pesantren bukan seperti layaknya kamar tidur dalam rumah. Kamar

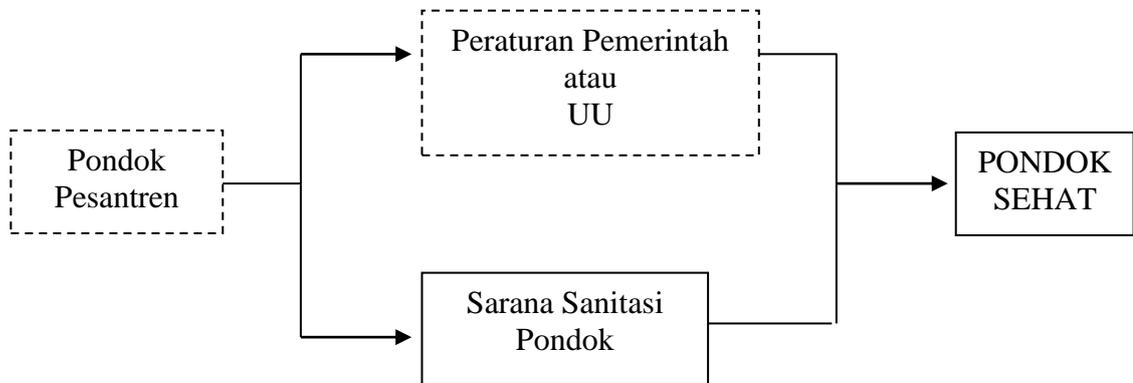
tidur santri dibangun luas memanjang tanpa sekat. Sehingga dalam kamar tersebut dapat dihuni oleh banyak santri untuk beristirahat. Maka dari itu, untuk mengurangi transmisi kejadian penyakit akibat padatnya hunian. Perlu adanya pengurangan jumlah penghuni dalam satu ruangan.

3. Kerangka Teori



Gambar II.1 Kerangka Teori

4. Kerangka Konsep



Keterangan :

————— : diteliti

----- : tidak diteliti

Gambar II.2 Kerangka Konsep