

PENINGKATAN PENGETAHUAN SANTRI SEBAGAI UPAYA PEMBIASAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Yuyun Tafwidhah, Triyana Harlia Putri

Program Studi Keperawatan, Universitas Tanjungpura
yuyun tafwidhah@ners.untan.ac.id, triyana.harliaputri@ners.untan.ac.id

Abstract

Islamic boarding schools have health problems including having several similarities compared to the conditions experienced by school children in general. The root of these health problems stems from a lack of culture in implementing PHBS by students. Even though students who are at the stage of adolescent development are an effective age in instilling clean and healthy living behaviors. As an effort to increase students' knowledge in implementing clean and healthy living behaviors is the goal of this activity. The method of increasing knowledge is carried out by educating 33 students by way of lectures, discussions, and demonstrations. The material presented is in the form of 8 indicators of clean and healthy living behavior in schools using audio-visual media and visual aids. Evaluation was carried out with a questionnaire given before and after the implementation of education. The results of the pre-test showed that the average knowledge of students about clean and healthy living behavior was 34 while the post-test was 77. The results of the analysis found that there was a significant difference in increasing knowledge with a value of 0.000, which means it is smaller than the p-value <0.005 , so that it can be said that the provision of tested PHBS education can increase knowledge of students. There is an increase in information by students who are in Islamic boarding schools, can make clean and healthy living behavior a daily habit.

Keywords: clean and healthy living behavior (PHBS), habituation, Islamic boarding schools, knowledge, students.

Abstrak

Pondok pesantren memiliki permasalahan kesehatan diantaranya memiliki beberapa kesamaan dibandingkan dengan kondisi yang di alami anak sekolah pada umumnya. Akar permasalahan kesehatan tersebut berawal dari kurangnya budaya dalam penerapan PHBS oleh santri. Padahal siswa yang berada pada tahap perkembangan remaja merupakan usia efektif dalam menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat. Sebagai Upaya untuk meningkatkan pengetahuan santri dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat merupakan tujuan dari kegiatan ini. Metode peningkatan pengetahuan dilakukan dengan mendidik 33 santri dengan teknik ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Materi yang disampaikan berupa 8 indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dengan menggunakan media audio visual dan alat peraga. Evaluasi dilakukan dengan kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan pendidikan. Hasil pre-test menunjukkan rata-rata pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat adalah 34 sedangkan post-test adalah 77. Hasil analisis menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam peningkatan pengetahuan dengan nilai 0,000 yang berarti lebih kecil dari p-value $<0,005$, sehingga dapat disimpulkan pemberian edukasi PHBS teruji dapat menambah pengetahuan pada peserta didik. Adanya peningkatan informasi oleh santri yang berada di Pasantren, dapat menjadikan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai kebiasaan sehari-hari.

Kata kunci: perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), pembiasaan, Pondok pesantren, pengetahuan, santri

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat atau yang biasa dikenal sebagai PHBS, merupakan salah satu jargon yang dicanangkan oleh pemerintah dalam menggerakkan seluruh lapisan masyarakat untuk memiliki kesadaran dalam menjaga kebersihan dan kesehatan secara pribadi dan sekitarnya. Program PHBS menjadi salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat dalam bentuk promotif dan preventif sekaligus menjadikan warga masyarakat sebagai agen perubahan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Kementrian kesehatan RI, 2011).

Program PHBS harus dilaksanakan sejak usia dini termasuk pada saat bersekolah agar praktik hidup bersih dan sehat dapat menjadi kebiasaan hingga dewasa kelak. Selain itu, anak usia sekolah lebih memungkinkan untuk terkena berbagai masalah kesehatan yang disebabkan berbagai faktor seperti adanya resiko biologis, lingkungan maupun perilaku (Kusumawardani et al., 2019). Oleh karenanya pembinaan PHBS di institusi pendidikan (yang meliputi pendidikan formal, informal bahkan non formal) menjadi penting dilakukan dalam tiap tingkatan mulai dari pendidikan usia dini hingga dunia kampus tak terkecuali pondok pesantren.

Permasalahan kesehatan di pondok pesantren memiliki beberapa kesamaan dibandingkan dengan kondisi yang di alami anak sekolah pada umumnya. Namun demikian, masalah kesehatan klasik pada pondok pesantren berada pada kebersihan, kesehatan santri dan masalah penyakit (Rachmathiany et al., 2020). Lingkungan pesantren yang menerapkan pendidikan asrama dapat membuat penyebaran penyakit lebih

mudah apabila para santri tidak memahami konsep menjaga kebersihan dan kesehatan diri sendiri (Maulidiana & Linggardini, 2022)

Pembinaan PHBS di pondok pesantren perlu didukung semua pihak. Selain bermitra dengan puskesmas selaku perpanjangan tangan pemerintah ke pesantren, juga harus didukung oleh semua warga sekolah. Salah satu pemberi pengaruh yang dapat mempengaruhi pemegang kebijakan di pesantren adalah kyai. Kyai dapat mengambil peran menjadi komunikator kesehatan yang lebih persuasif untuk terciptanya pesantren yang ber-PHBS (Wahyudin & Setiawan, 2019). Hal ini perlu didukung dengan sinergi seluruh elemen yang ada di lingkungan pesantren dan masyarakat sekitar.

Hambatan dalam melaksanakan PHBS di pondok pesantren sebetulnya berada pada sikap individu masing-masing. Namun sebelum itu, informasi mengenai PHBS perlu disampaikan kepada semua santri dan warga pesantren. Informasi ini dapat dikelola melalui manajemen pesantren yang diaplikasikan kemudian dengan membuat jadwal piket, atau dalam bentuk perhatian lainnya (Rachmathiany et al., 2020). Pondok pesantren Mambaul Ulum 2 merupakan salah satu pondok pesantren yang terlihat memiliki masalah dalam melakukan PHBS yang dilihat dari masih rendahnya kesadaran ber-PHBS, masih kurangnya sosialisasi mengenai pentingnya PHBS pada santri, minimnya rekognisi dari santri di lingkungan pesantren dalam menerapkan PHBS, dan minimnya pemahaman dan kesadaran santri maupun pihak pesantren untuk mengambil solusi terkait permasalahan PHBS dalam pencegahan serta penanggulangan dari dampak yang ditimbulkan.

Adapun pemecahan masalah yang telah direncanakan sebelumnya dalam permasalahan ini diantaranya edukasi luring kepada santri di lingkungan pasantren. Rekognisi serta pemahaman dalam penerapan PHBS menjadi urgensi yang harus diberikan kepada santri, dalam hal ini terdapat media edukasi berupa buku saku dan video yang dimanfaatkan oleh santri, agar santri memiliki pemahaman dan kesadaran yang baik dalam mencegah penyakit yang disebabkan karena tidak menerapkan PHBS. Dengan adanya pengetahuan tentang kesehatan maka akan dapat meningkatkan kemungkinan seseorang untuk mengekspresikan langkah-langkah hidup sehat melalui upaya promotif dan preventif (Rincón Uribe et al., 2021). Seperti bantuan dalam peningkatan informasi melalui pelatihan penerapan PHBS yang teruji dalam meningkatkan pengetahuan siswa di lingkungan Pondok Pesantren Hidayatullah Kota Kupang (Irfan et al., 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini untuk membangun kesadaran ber-PHBS yang dilaksanakan pada santri Pondok Pesantren Mambaul Ulum 2 dengan memberikan wawasan pengetahuan terkait PHBS termasuk urgensi, serta faedah dalam menerapkan PHBS yang bermula dari usia sekolah. Usia sekolah dalam masa remaja apabila dapat diberikan rekognisi yang tepat dan baik, dinilai lebih mudah menerapkan perilaku hidup dan bersih dengan baik. Sehingga tujuan dari pelaksanaan PKM ini adalah meningkatkan pemahaman dan membangun kesadaran santri mengenai PHBS sehingga diharapkan kelak terdapat perubahan perilaku santri dalam menerapkan PHBS di mana pun berada.

METODE

Dalam prosesnya aktivitas pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa Langkah yang dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Aktivitas yang dilakukan pada tahap persiapan antara lain mengurus perizinan untuk melakukan kegiatan dari Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura, mengidentifikasi santri, menyamakan persepsi kepada anggota tim pengabdian masyarakat dalam kegiatan edukasi, melakukan kesepakatan dan koordinasi dengan kepala Pondok Pesantren Mambaul Ulum 2 untuk waktu dan teknis pelaksanaan kegiatan edukasi, mempersiapkan dalam bentuk video edukasi serta buku saku yang dicetak untuk santri, serta telah mempersiapkan instrument mengukur pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan secara luring selama satu hari pada tanggal 24 Juni 2023. Setelah melakukan pengaturan tempat dan registrasi peserta, kegiatan dimulai dengan melakukan pre test dan dilanjutkan materi. Dalam pelaksanaan pengabdian ini, tim menggunakan kombinasi pendekatan yang berbeda seperti metode ceramah, demonstrasi, tanya jawab, dan refleksi yang disesuaikan dengan temuan di lapangan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Materi yang dilakukan demonstrasi dengan diikuti santri yaitu melakukan cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang merupakan salah satu indikator PHBS.

Dalam prosesnya, setelah materi selesai di sampaikan, lalu tahap berikutnya memasuki termin diskusi, tahap berikutnya edukasi ini diakhiri dengan mengisi kuesioner sesudah diberikan informasi mengenai PHBS sebagai bentuk evaluasi. Tahp

berikutnya, tim mengoreksi evaluasi pre dan post test dan dilakukan analisa untuk menilai pengaruh edukasi terhadap pengetahuan santri, tahapan terakhir yaitu menyusun draft laporan yang akan di publikasikan di jurnal dan media massa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi yang dilakukan mengenai PHBS di sekolah melibatkan 33 peserta yang merupakan santri di Pondok Pesantren Mambaul Ulum 2. Dalam prosesnya, kegiatan ini di koordinatori oleh tim PKM dari Jurusan Keperawatan Universitas Tanjungpura dengan menghadirkan informan yang *expert* di keilmuannya masing-masing. Kegiatan ini juga mengikutsertakan santri keperawatan Universitas Tanjungpura. Kegiatan diawali dengan pre tes untuk mengukur pengetahuan awal santri tentang PHBS di sekolah.



Gambar 1. Suasana pembagian soal pre test

Setelah melakukan pre tes, edukasi PHBS diberikan kepada santri dengan metode ceramah yang juga diselingi dengan demonstrasi CTPS. Peserta mengikuti setiap langkah CTPS dengan mengikuti arahan yang diberikan oleh pemateri.



Gambar 2. Edukasi PHBS dan demonstrasi CTPS

Dalam proses pemberian materi, tim PKM mendapatkan tanggapan yang positif dan ketertarikan dari santri serta pengelola pasantren. Mereka mendengarkan dengan seksama dan melontarkan pertanyaan apabila terdapat penjelasan yang kurang dipahami. Edukasi ini diikuti dengan penayangan video edukasi pada tautan <https://www.youtube.com/watch?v=DGenToVbvW4> dan juga dapat mengakses buku saku elektronik melalui <https://drive.google.com/file/d/1H6AMyq3mhX8EFawXl6gmQH7k57C3n5/view?usp=sharing>. Sebelum kegiatan ditutup, aktifitas yang dilakukan yaitu melakukan evaluasi verbal dari peserta dan post test.



Gambar 3. Tampilan Video Edukasi PHBS



Gambar 4. Tampilan Buku Saku Elektronik PHBS

Kegiatan pengabdian masyarakat ditutup dengan penyerahan alat penunjang PHBS berupa tempat sampah ke Pondok Pesantren Mambaul Ulum 2. Dalam penerimaannya, ustadz pendamping menyampaikan apresiasi kepada tim dan kegiatan ini sebagai wujud membangun kesadaran santri dan seluruh warga pesantren dalam menerapkan PHBS. Ketertarikan santri terlihat selama aktivitas edukasi dari awal hingga masuk dalam termin diskusi dan tanya jawab yang dilakukan. Diakhir acara, para santri berkomitmen untuk terus mengaplikasikan informasi yang didapat mengenai PHBS serta penggerak untuk menjalankan PHBS di masyarakat untuk menjaga kesehatan dan kebersihan lingkungan. Aktivitas

pengabdian masyarakat ini juga telah dipublikasikan pada media massa.



Gambar 5. Publikasi Media Massa Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Analisis yang dilakukan menggambarkan hasil yang signifikan pada edukasi PHBS terhadap peningkatan pengetahuan santri. Rerata pengetahuan santri sebelum diedukasi sebesar $3,39 \pm 1,27$ dan sesudah edukasi sebesar $7,69 \pm 0,98$. Analisis berikutnya menampilkan p-value sebesar 0,000 sehingga dapat dikatakan bahwa aktivitas pengabdian masyarakat menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan santri terhadap PHBS di sekolah khususnya pondok pesantren.

Tabel 1. Perbedaan pengetahuan pre dan post edukasi PHBS

Variabel	Rerata \pm standar deviasi	p value
Pengetahuan sebelum	$3,39 \pm 1,27$	0,000
Pengetahuan sesudah	$7,60 \pm 0,98$	

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan edukasi PHBS menunjukkan adanya kenaikan rerata pengetahuan pada santri di Pondok pesantren Mambaul Ulum 2 dari poin 3,39 mejadi 7,60. Ini menunjukkan bahwa metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat dengan pendekatan edukasi dapat memberi pengaruh positif pada

konsep PHBS santri. Pendidikan kesehatan harus terus dilakukan dalam mendukung pembangunan berkelanjutan karena kesehatan merupakan asset yang sangat berharga dan akan memberikan dampak kepada kehidupan secara umum. Manusia selalu memerlukan alam sekitar yang harus dijaga keberlangsungannya, khususnya kebersihan karena akan memberikan kenyamanan dan mendukung kesehatan bagi manusia (Álvarez-García et al., 2021). Oleh karena itu materi PHBS yang diberikan melalui edukasi menjadi salah satu cara meningkatkan pengetahuan sebagai langkah efektif untuk menggeser konsep kesehatan masyarakat yang keliru menjadi memahami konsep kesehatan yang benar (Chen et al., 2022).

Pada pengabdian masyarakat ini, selain menggunakan ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab yang langsung dialami oleh peserta, juga diberikan media edukasi lainnya berupa video dan buku saku elektronik. Ini dilakukan sebagai upaya mengenalkan santri pada literasi kesehatan yang merupakan konsep baru dalam promosi kesehatan (Nutbeam, 2000). Tujuan pembuatan video dan buku saku elektronik juga untuk mendekatkan akses masyarakat khususnya santri terhadap informasi kesehatan. Dengan dekatnya akses santri terhadap literasi kesehatan dapat meningkatkan kapasitas santri untuk menggunakannya secara aktif dan efektif yang dapat berkembang pada arah pemberdayaan menuju hidup sehat.

Rangkaian pengabdian masyarakat dilanjutkan dengan penyerahan bantuan alat penunjang PHBS berupa tempat sampah. Pemberian tempat sampah ini ditujukan sebagai stimulus bagi pesantren untuk dapat menyediakan alat penunjang

PHBS lainnya karena dalam menggalakkan PHBS perlu didukung dengan sarana prasarana yang memadai. Penyediaan alat penunjang PHBS ini tidak melulu harus dengan membeli, dapat pula dilakukan dengan alat seadanya yang tersedia di sekitar sekolah. Dalam hal ini diperlukan keterlibatan pihak sekolah seperti ustadz, guru bahkan pengelola asrama. Proses desain alat penunjang PHBS atau media promosi kesehatan ini dapat memperkaya alat dalam sumberdaya yang bermanfaat untuk bersama dan juga praktik pedagogis di pesantren (Tessier et al., 2020).



Gambar 6. Penyerahan bantuan alat penunjang PHBS

Di akhir kegiatan, adanya komitmen santri untuk melakukan PHBS dan menjadi penggerak PHBS. Adanya komitmen ini menunjukkan keinginan para santri untuk mulai menerapkan hidup bersih dan hidup sehat khususnya di lingkungan pesantren. Setiap individu harus memiliki kesadaran untuk meningkatkan kesehatan (Dimasi, 2022). Kesadaran yang timbul dari tiap-tiap individu akan membentuk kesadaran kelompok dan kemudian menjadi kesadaran komunitas dalam mendukung upaya kesehatan salah satunya adalah PHBS.

SIMPULAN

Kegiatan dalam pengabdian masyarakat kepada santri ini dapat disimpulkan dapat meningkatkan rekognosi, pemahaman serta kesadaran santri-santri untuk menerapkan PHBS di Pasantren. Bentuk peningkatan pengetahuan melalui edukasi menjadi alternatif untuk pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat yang belum menjadi kebiasaan di masyarakat khususnya anak sekolah. Santri yang berada dalam tahap perkembangan remaja, dimana periode tersebut merupakan periode yang tepat informasi akan mudah di terapkan khususnya mengenai PHBS. Diharapkan dengan dalam meningkatkan pemahaman dan informasi kepada santri dapat memperkaya pengetahuan serta menjadi penggerak dalam berperilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Álvarez-García, C., López-Medina, I. M., Sanz-Martos, S., & Álvarez-Nieto, C. (2021). Planetary health: Education for sustainable healthcare. *Educacion Medica*, 22(6). <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2021.08.001>
- Chen, B., Shin, S., Wu, M., & Liu, Z. (2022). Visualizing the Knowledge Domain in Health Education: A Scientometric Analysis Based on CiteSpace. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph19116440>
- Dimasi, L. (2022). Beyond the garden: The complexity of “global and individual living” at the heart of the international commitment towards a healthy, more resilient and fairer society. *International Journal of Risk and Safety in Medicine*, 33(2). <https://doi.org/10.3233/JRS-227004>
- Irfan, I., Widyastuti, R., & Handayani, F. (2022). Pelatihan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) untuk Pencegahan Covid 19 di Lingkungan Pondok Pesantren. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(6). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i6.6104>
- Kementrian kesehatan RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269 TAHUN 2011 Tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*, 4.
- Kusumawardani, L. H., Rekawati, E., & Fitriyani, P. (2019). Improving diarrhoeal and clean and healthy living behaviour (PHBS) through collaboration socio-dramatic play (Ko-Berdrama) in school age children. *Sri Lanka Journal of Child Health*, 48(3). <https://doi.org/10.4038/sljch.v48i3.8759>
- Maulidian, K., & Linggardini, K. (2022). The Effect of Health Education with PHBS Media on the Knowledge Level of Santri Pondok Zam-Zam Islamic Boarding School, Cilongok. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 2. <https://doi.org/10.30595/pshms.v2i.242>
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health

education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3).
<https://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>

Rachmathiany, R., Suhita, B. M., & Nurdina, N. (2020). Factor that Influence on PHBS Students Female of Islamic Boarding School Al – Huda Kediri City Based on Health Belief Model Theory. *Journal for Quality in Public Health*, 4(1).
<https://doi.org/10.30994/jqph.v4i1.162>

Rincón Uribe, F. A., Godinho, R. C. de S., Machado, M. A. S., Oliveira, K. R. da S. G., Neira Espejo, C. A., de Sousa, N. C. V., de Sousa, L. L., Barbalho, M. V. M., Piani, P. P. F., & Pedroso, J. da S. (2021). Health knowledge, health behaviors and attitudes during pandemic emergencies: A systematic review. *PloS One*, 16(9).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256731>

Tessier, N., Jourdan, D., O’Callaghan, N., & Fernandes Da Rocha, C. (2020). Teachers involvement in a co-design process of creation of a health education tool. *European Journal of Public Health*, 30(Supplement_5).
<https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa166.459>

Wahyudin, U., & Setiaman, A. (2019). The characteristics and role of kyai in socializing health and clean behavior (phbs) in islamic boarding school. *Jurnal Manajemen Komunikasi*, 3(2).