

Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Santri Pondok Pesantren Al-Islahuddiny, Kediri, Kabupaten Lombok Barat

¹*Niken Purnamasari, ¹Ambarwati

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Penulis korespondensi, email: j410180090@student.ums.ac.id

(Received: 29 November 2021/Accepted: 1 January 2023/Published: 30 January 2023)

Abstrak

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat. Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat dan menciptakan lingkungan sehat di rumah rumah tangga. Beberapa laporan riset kesehatan sebelumnya diketahui bahwa pada tatanan rumah tangga yang telah menerapkan PHBS belum menunjukkan hasil yang optimal yaitu sebesar 38,7%. Menurut penelitian diketahui bahwa pengetahuan masyarakat tentang PHBS adalah 36,2 % baik, 39,2 % cukup dan 24,6 % kurang. Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, maka diperlukan penyuluhan kesehatan dengan media yang tepat agar mudah dipahami sehingga berpengaruh pada perubahan pengetahuan dan sikap. Penyuluhan ini dilakukan kepada Santri Pondok Pesantren Al-Islahuddiny, Kediri, Kabupaten Lombok Barat berjumlah 30 peserta. Metode yang digunakan adalah : (1) ceramah terdiri penyampaian materi dan praktik langsung (2) Brain Storming terdiri dari penyampaian pendapat peserta mengenai materi yang diberikan. Media yang kita gunakan adalah slide power point dan video karena mudah dalam pembuatan serta dapat memuat gambar maupun pesan kata-kata. Hasil menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan Santri tentang PHBS di Pondok Pesantren Al-Islahuddiny ditandai dengan nilai rata-rata posttest lebih tinggi daripada pretest artinya kegiatan penyuluhan kesehatan efektif untuk meningkatkan peran, pengetahuan, dan sikap santri sehingga dapat mengubah perilaku menjadi lebih sehat dan bersih.

Kata Kunci: PHBS, Pondok Pesantren

Abstract

Clean and healthy living is something that must be applied in everyday life by the community. Healthy conditions can be achieved by changing behavior from unhealthy to healthy behavior and creating a healthy environment in the household. Several previous health research reports have shown that in household arrangements that have implemented PHBS, it has not shown optimal results, which is 38.7%. According to the research, it is known that public knowledge about PHBS is 36.2% good, 39.2% sufficient and 24.6% less. To increase public knowledge, health education with the right media is needed so that it is easy to understand so that it affects changes in knowledge and attitudes. This counseling was carried out to the students of the Al-Islahuddiny Islamic Boarding School, Kediri, West Lombok Regency, totaling 30 participants. The methods used are: (1) lectures consist of delivering material and direct practice (2) Brain Storming consisting of conveying participants' opinions about the material given. The media that we use are power point slides and videos because they are easy to make and can contain pictures and messages. The results showed that there was an increase in Santri's knowledge about PHBS at Al-Islahuddiny Islamic Boarding School marked by the posttest average value being higher than the pretest, meaning that health counseling activities were effective in increasing the roles, knowledge, and attitudes of students so that they could change their behavior to be healthier and cleaner.

Keywords : PHBS, Islamic Boarding School

1. Pendahuluan

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari (Saputra, 2020). Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat dan menciptakan lingkungan sehat di rumah rumah tangga (Guna, 2015).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat juga disebut sebagai PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat yang mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat ([Kementerian Kesehatan RI, 2011](#)).

Indonesia merupakan negara yang termasuk negara beriklim tropis dan memiliki musim hujan serta kemarau. Sebagai efek dari pemanasan global, Indonesia mengalami perubahan cuaca yang drastis yang dapat menjadi penyebab timbulnya penyakit-penyakit menular. Implementasi perilaku hidup bersih dan sehat dapat menghindarkan seseorang dari serangan penyakit, misalnya terhindar dari penyakit flu, batuk, pilek, diare, gangguan pernafasan, gangguan kulit dan lainnya. (Sitanggang et al,2019).

Beberapa laporan riset kesehatan sebelumnya diketahui bahwa pada tatanan rumah tangga yang telah menerapkan PHBS belum menunjukkan hasil yang optimal yaitu sebesar 38,7% ([Rahman & Patilaiya, 2018](#)). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada masyarakat Indonesia sebelum mengalami pandemi Covid-19 termasuk kategori rendah. PHBS terdiri dari sanitasi yang layak, kebiasaan cuci tangan memakai sabun atau handsanitizer, istirahat yang cukup, kebiasaan tidak merokok, melakukan aktivitas fisik, mengkonsumsi makanan sehat, ketersediaan air bersih, dan lain-lain ([Jaya, Wulandari, & Susiloningtyas, 2021](#)). Hal ini tidak hanya memfokuskan pada sumber makan sehat namun juga terkait dengan kebiasaan sehat dalam menjalani kehidupan serta tidak kalah penting adalah memiliki pola pikir yang positif (Tontuli, Evert, dkk, 2020)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Yamaha et al., 2015) didapatkan data bahwa pengetahuan masyarakat tentang PHBS adalah 36.2 % baik, 39,2 % cukup dan 24,6 % kurang. Hal ini menunjukkan rendahnya pengetahuan mengenai PHBS akan menghambat pelaksanaannya sesuai dengan penelitian yang menyatakan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kebiasaan cuci tangan sebagai salah satu indikator PHBS. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rosidin, Sumarna, & Eriyani, 2019), bahwa rendahnya PHBS disebabkan karena mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori rendah (Rosidin et al., 2019). Berdasarkan data tersebut maka perlu dilakukan edukasi kesehatan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kalangan masyarakat salah satunya santri di Pondok Pesantren Al-Silahuddiny.

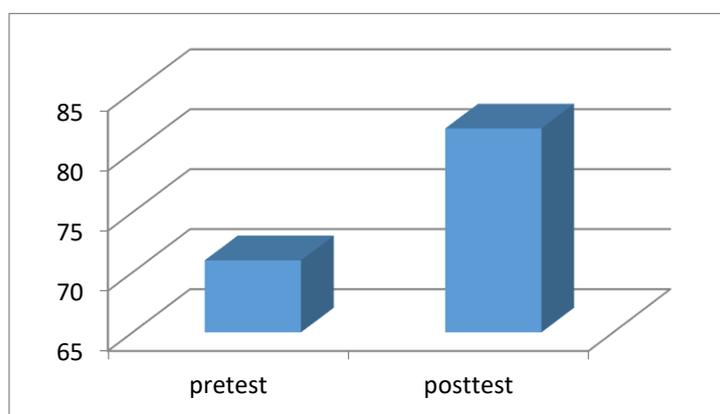
2. Metode

Penyuluhan ini dilakukan kepada Santri Pondok Pesantren Al-Islahuddiny, Kediri, Kabupaten Lombok Barat berjumlah 30 peserta. Sebelum melakukan penyuluhan, melakukan observasi terlebih dahulu dan mencari data pendukung terkait masalah PHBS. Metode yang digunakan adalah ceramah karena mudah untuk dilakukan, bersifat luwes dan penyuluh dapat menonjolkan bagian penting yang ingin dijelaskan. Selain itu juga menggunakan metode brain storming karena dapat mengungkapkan pengalaman masing-masing peserta sehingga dapat dijadikan informasi dan pembelajaran bersama. Media yang kita gunakan adalah slide power point dan video karena mudah dalam pembuatan serta dapat memuat gambar maupun pesan kata-kata.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan edukasi pada program penyuluhan kesehatan masyarakat kepada Santri Pondok Pesantren Al-Islahuddiny kawasan Kediri, dilaksanakan dalam 2 hari. Hari pertama dilakukan dengan kegiatan survey pada santri Ponpes yang memiliki tingkat pengetahuan dan sikap rendah mengenai PHBS. Kegiatan ini dilaksanakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap santri Pondok Pesantren tentang PHBS dan sarana sanitasi di Ponpes tersebut. Pada hari kedua dilakukan kegiatan edukasi tentang pengertian, manfaat, macam-macam aktivitas PHBS, dan langkah cuci tangan yang baik dan benar. Dari paparan materi yang disampaikan, target yang dicapai yaitu peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap santri Pondok Pesantren.

Pengukuran efektivitas keberhasilan kegiatan edukasi ini dilakukan dengan menggunakan *pretest* dan *posttest*. *Pretest* dilakukan dengan membagikan form pertanyaan untuk diisi oleh peserta sebelum dilakukan edukasi, sedangkan *posttest* dilakukan pada akhir sesi penyampaian program edukasi. Form pertanyaan berisikan 20 soal dalam bentuk pilihan ganda dan 10 soal mengenai sikap responden terhadap pendidikan kesehatan yang diberikan. Dari gambaran pengujian yang telah dilakukan terdapat perubahan nilai rata-rata dari 71 pada *pretest* menjadi 82,4 pada pengujian *posttest* ([Gambar 1](#)) Peningkatan nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa penyuluh telah berhasil dalam penyampaian materi, sehingga informasi mengenai pengetahuan PHBS dapat tersampaikan dengan baik kepada Santri Pondok Pesantren Al-Islahuddiny.



Gambar 1. Hasil Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Diketahui pula bahwa pengetahuan akan membantu menjelaskan aspek-aspek penting dalam kehidupan dan dapat memperhitungkan hal-hal yang akan terjadi. ([Notoatmodjo, 2003](#)).

Sikap mempunyai 3 komponen pokok yaitu kepercayaan, kehidupan emosional, dan kecenderungan untuk bertindak. Dalam hal ini pengetahuan akan membawa Santri Pondok Pesantren untuk berpikir dan berusaha merubah perilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari penyakit dan menjaga kebersihan lingkungan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap seseorang antara lain pengalaman pribadi, kebudayaan, orang lain yang dianggap penting, institusi atau lembaga pendidikan, serta factor emosi dalam individu. Peranan sikap dalam kehidupan manusia sangat berperan besar sebab apabila sudah dibentuk pada diri manusia maka sikap akan turut menentukan ciri-ciri tingkah laku seseorang dalam bertindak. ([Notoatmodjo, 2003](#)).

4. Simpulan

Hasil menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan Santri tentang PHBS di Pondok Pesantren Al-Islahuddiny ditandai dengan nilai rata-rata *posttest* lebih tinggi daripada *pretest* artinya kegiatan penyuluhan kesehatan efektif untuk meningkatkan peran, pengetahuan, dan sikap santri sehingga dapat mengubah perilaku menjadi lebih sehat dan bersih.

5. Persantunan

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak Desa Kediri, Kabupaten Lombok Barat khususnya pengurus dan santri Pondok Pesantren Al-Islahuddiny yang telah membantu dan memfasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan ini.

6. Referensi

- Dinas Kesehatan Surakarta. (2018). *Jumlah Kasus HIV di Surakarta*. Surakarta : Dinas Kesehatan Surakarta.
- Guna, A. M., & Amatiria, G. (2015). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Upaya Mencegah Penyakit Kulit Pada Santri Di Pondok Pesantren Nurul Huda*. Jurnal Keperawatan, 11(1), 7–14.
- Jaya, S. T., Wulandari, R. F., & Susiloningtyas, L. (2021). *Pendidikan Kesehatan PHBS Kader Kesehatan Era New Normal di Desa Darungan*. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 162-166.
- Kemkes RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Nasution, A. S. (2020). *Edukasi PHBS di Tatanan Rumah Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Sehat*. Jurnal Abdidas, 1(2), 28-32.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Paula, V., Sitanggang, Y. F., Siregar, D., Indah, E., & Valentina, D. (2019). *Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Anak Sekolah Minggu HKBP PPGS*. Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR), 2, 423-429.
- Rahman, H., & La Patilaiya, H. (2018). *Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat*. JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat), 2(2), 251-258.
- Richardson, G. E. (2002). *The Metatheory of Resilience and Resiliency*. *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 58, 307- 321
- Rosidin, U., Shalahuddin, I., & Eriyani, T. (2020). *Pendidikan Kesehatan Tentang PHBS Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Di Desa Jayaraga Garut*. Malahayati Nursing Journal, 2(1), 83-90.



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC-BY-NC-ND) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).