

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA MTS DAN PESANTREN DI ERA NEW NORMAL

Alfiyana Yuliasari¹⁾, Agam Anantama²⁾, Armila³⁾, Mochammad Irfan Achfandhy⁴⁾

¹ Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Metro
email: alfiyanayuliasari@metrouniv.ac.id

² Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Metro
email: agamanantama@metrouniv.ac.id

³ Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Metro
email: armila24081986@gmail.com

⁴ Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Metro
email: mochammadirfanachfandhy@metrouniv.ac.id

Abstract

Clean and healthy living behavior (PHBS) is an effort to spread experiences regarding healthy lifestyles through individuals, groups and the wider community with communication channels as a medium for sharing information. In the era of the new normal of the Covid-19 pandemic, clean and healthy living behaviors must continue to be applied to prevent the transmission of various diseases that cause illness and death. The main purpose of PHBS counseling is to create school communities who are health conscious and have the knowledge and awareness to live a life that maintains cleanliness and meets health standards. Counseling was carried out to 22 students of class VII MTs Riyadlatul Ulum who are also students of Islamic boarding schools. The counseling program started with an opening and remarks from representatives from the school, pre-test, counseling session, post-test, and the last closing and photo session. Overall, there is an increase of the average score from pre test and post test with the rise 0.14. Students are very enthusiastic about participating in outreach activities and it is hoped that there will be more health counseling held in their school so that students are more motivated to improve their health and the environment.

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior, Counseling, Islamic Boarding School*

1. PENDAHULUAN

Di awal tahun 2020, Indonesia, bahkan seluruh dunia, mengalami wabah virus Corona/Covid-19 yang berasal dari kota Wuhan di China. Penyebaran virus Covid-19 sangat cepat hingga sudah tercatat 6.297.484 kasus terkonfirmasi positif Covid-19 dan kasus meninggal sebanyak 157.296 saat ini (Satuan Tugas Penanganan COVID-19, 2022). Penularan virus Covid-19 secara umum terjadi melalui tetesan kecil (droplets) hidung atau mulut penderita terinfeksi pada saat batuk/bersin dan menempel di permukaan di sekitarnya. Untuk mencegah penularan, pemerintah mengkampanyekan Protokol Kesehatan 5 M kepada masyarakat yaitu mencuci tangan, memakai masker, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, dan mengurangi mobilitas (Dinkes Salatiga, 2021).

Meskipun saat ini Pandemi Covid-19 telah melandai, namun Protokol Kesehatan 5 M terutama mencuci tangan harus terus dilakukan untuk mencegah penularan penyakit secara umum. Mencuci tangan merupakan salah satu bentuk Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) karena dapat mencegah berbagai penyakit, membunuh kuman dan mikroorganisme berbahaya, dan memutus rantai penyebaran penyakit di masa pandemi. Studi di Pakistan menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dan benar di lingkungan pemukiman yang padat dan kumuh dapat menurunkan prevalensi diare hingga 50% (Kemenkes RI, 2014).

PHBS merupakan suatu upaya untuk menyebarkan pengalaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat melalui individu, kelompok, maupun masyarakat luas (Kemenkes RI, 2016).

PHBS di lingkungan sekolah dan pesantren adalah faktor utama penentu status kesehatan masyarakat sekolah dan pesantren. Jika masyarakat sekolah dan pesantren menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, maka kesehatan seluruh masyarakat sekolah dan pesantren akan terjaga dan sebaliknya. Tujuan penyuluhan PHBS di lingkungan MTs dan Pesantren Riyadlatul Ulum adalah untuk mewujudkan masyarakat sekolah yang sadar kesehatan serta memiliki pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan melalui peningkatan pengetahuan santri tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

2. KAJIAN LITERATUR

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sebuah rekayasa sosial untuk menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan supaya mampu meningkatkan kualitas hidup melalui perilaku hidup bersih dan sehat. Beberapa indikator PHBS di sekolah antara lain mencuci tangan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok, membuang sampah pada tempatnya, dan kerja bakti seluruh warga sekolah (Kemenkes RI, 2016).

PHBS di pesantren merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan masyarakat pesantren mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat secara mandiri. Indikator PHBS di pesantren antara lain mencuci tangan, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah pada tempatnya, tidak merokok, tidak meludah di sembarang tempat, dan memberantas jentik nyamuk (Kemenkes RI, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Nadrati et al., (2019) menunjukkan bahwa hanya 32.1% dari total 271 santri yang memiliki pengetahuan baik tentang PHBS. Hal ini menunjukkan bahwa perlu diberikan edukasi terkait PHBS kepada siswa/santri supaya meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi tingginya. Pembangunan kesehatan ditekankan pada upaya promotif dan preventif dengan tidak mengesampingkan upaya kuratif dan rehabilitatif.

Secara umum, kondisi kesehatan di sekolah yang juga sekaligus pondok pesantren memerlukan upaya dan perhatian khusus oleh seluruh pihak di lingkungan tersebut. Banyak aspek yang mempengaruhi status kesehatan individu disana, antara lain aspek kesehatan lingkungan, aspek perilaku kesehatan individu, aspek gizi di pesantren, dan aspek sarana dan prasarana (Nadrati et al., 2019).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Makful & Pirawati (2019) di Pondok Pesantren Khusus Putri As-Syafi'iyah Jakarta Timur menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan santri dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Pendidikan kesehatan memberikan pengaruh yang penting terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan. Perilaku hidup bersih dan sehat terutama kebersihan perorangan di pesantren umumnya kurang mendapat perhatian dari santri. Penularan penyakit seperti penyakit kulit (gatal-gatal, panu, kurap, dan kutu air) akan sangat mudah bila kebersihan pribadi dan lingkungan tidak terjaga dengan baik.

3. METODE

Kegiatan ini merupakan program penyuluhan sekaligus pengabdian kepada masyarakat. Penyelenggaraan kegiatan penyuluhan mengusung tema "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah dan Pondok Pesantren". Waktu penyelenggaraan kegiatan dimulai pada pukul 08.00 - 10.00 WIB pada hari Selasa, 14 Juni 2022. Kegiatan diselenggarakan di Aula dan halaman MTs Riyadlatul Ulum Kota Metro. Penyelenggara kegiatan penyuluhan dilakukan oleh mahasiswa dan dosen dari Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) IAIN Metro. Kelompok sasaran yang dituju mencakup siswa-siswi kelas VII MTS Riyadlatul Ulum sekaligus santri di pondok pesantren tersebut.

Adapun kegiatan diselenggarakan melalui 3 tahapan, meliputi;

A. Penyuluhan Pendahuluan

Rangkaian tahapan ini mencakup; peserta dan panitia menempati aula, mengisi daftar hadir peserta, kegiatan penyuluhan diawali dengan pembukaan acara, pembacaan ayat suci al-Qur'an, sambutan dari panitia dan perwakilan MTS Riyadlatul Ulum dan menyelenggarakan pre-test pengetahuan tentang PHBS kepada peserta penyuluhan.

B. Penyuluhan inti

Rangkaian tahapan ini mencakup; penjelasan materi tentang PHBS di sekolah dan pondok pesantren, dialog interaktif dengan peserta, dan praktik mencuci tangan.

C. Penyuluhan Akhir

Selanjutnya, rangkaian penyuluhan akhir meliputi; post-test pengetahuan tentang PHBS, pemberian *rewards* bagi peserta aktif, sambutan dari perwakilan MTS Riyadlatul Ulum, do'a, foto bersama dan diakhiri dengan evaluasi bersama.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan Penyuluhan PHBS

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang PHBS menunjukkan hasil yang baik, khususnya antusias dari peserta. Penyuluhan dihadiri sejumlah 22 siswa-siswi kelas VII MTS Riyadlatul Ulum. Selain itu, kegiatan yang dilaksanakan pada pukul 08.00 WIB, Selasa 14 Juni 2022 dihadiri langsung oleh pengasuh sebagai perwakilan dari MTs Riyadlatul Ulum dan Pondok Pesantren. Pengasuh memberikan dukungan secara langsung sebagai bentuk apresiasi pentingnya kegiatan penyuluhan PHBS di lingkungan pesantren. Sementara itu, kegiatan penyuluhan PHBS diselenggarakan oleh 4 dosen dan 7 mahasiswa semester 3 Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Metro.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan PHBS diformulasikan menjadi 3 tahapan, yaitu penyuluhan awal, penyuluhan inti dan penyuluhan tahap akhir. Berikut ini deskripsi 3 tahapan yang telah diselenggarakan;

a. Penyuluhan Awal

Tahapan ini merupakan rangkaian pembukaan sekaligus pendahuluan dari rangkaian kegiatan penyuluhan PHBS. Agenda inti pada penyuluhan awal adalah melakukan *pre-test* kepada para peserta. *Pre-test* merupakan ujian yang dilakukan kepada peserta sebelum penyuluhan dilakukan. *Pre-test* bertujuan untuk mengukur pengetahuan dasar peserta penyuluhan.

Pre-test diaktualisasikan dengan menggunakan metode *paper based test*. Implementasi dari *paper based test* adalah penyelenggaraan asesmen secara langsung melalui perangkat tertulis. Panitia kegiatan

mendistribusikan lembaran soal kepada peserta secara komprehensif. Kemudian, panitia memberikan pengarahan tentang metode pengerjaan dan regulasi selama tes berlangsung sebelum peserta membuka dan mulai mengerjakan soal. Hasil dari *pre-test* dengan metode *paper based test* menunjukkan hasil yang bervariasi. Diketahui bahwa jumlah peserta penyuluhan PHBS secara keseluruhan adalah 22 siswa dan mayoritas usia peserta tes adalah 13 tahun. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa nilai rata-rata yang diperoleh dari 22 peserta adalah 9 dengan rincian nilai tertinggi 10 dan terendah adalah 7.



b. Penyuluhan Inti

Tahapan ini merupakan lanjutan dari rangkaian *pre-test*. Penyuluhan inti menekankan pada tindakan edukasi tentang literasi PHBS kepada peserta penyuluhan. Penyuluhan ini diselenggarakan dengan metode sosialisasi dan praktik dalam durasi satu periode.

Implementasi metode sosialisasi adalah dengan pemberian materi PHBS dengan mengoptimalkan media penyuluhan secara intensif. Seperti penyuluhan pada umumnya, penyampaian materi dilakukan oleh presenter yang berjumlah 2 orang perwakilan dari panitia. Presenter menyampaikan materi di depan peserta penyuluhan secara kooperatif. Sementara itu, media penyuluhan yang digunakan meliputi; media audio (*sound system*) dan media visual (proyektor).

Adapun untuk materi yang didedikasikan kepada para peserta penyuluhan meliputi; pengertian PHBS dan tata cara penerapan PHBS di lingkungan pesantren dan sekolah. Secara eksplisit, terdapat 6 indikator PHBS yang disampaikan, yaitu; tidak jajan sembarangan, cuci tangan dengan air mengalir, olahraga teratur, tidak merokok dan membuang sampah pada tempatnya. Keseluruhan materi telah diklasifikasikan berdasarkan kebutuhan dan nilai kebermanfaatannya di lingkungan sekolah dan pesantren.

Pada tahapan penyuluhan inti yang terakhir adalah praktik mencuci tangan. Praktek Cara Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) diaplikasikan kepada setiap peserta dibantu oleh keseluruhan panitia. Dalam penerapannya, edukasi praktek CTPS disampaikan sebagai pembelajaran setiap peserta supaya selalu mencuci tangan sebelum dan setelah makan maupun aktivitas lainnya.



c. Penyuluhan Akhir

Pada tahapan ini adalah rangkaian tahapan akhir dari kegiatan penyuluhan PHBS yang dikemas dalam bentuk kegiatan *post-test*. Kegiatan *post-test* diselenggarakan sebagai aktualisasi dari asesmen peserta penyuluhan terhadap materi yang telah diajarkan atau disampaikan. Implementasi dari *post-test* adalah dengan melakukan ujian dari materi yang telah disampaikan pada tahapan penyuluhan inti. Metode *post-test* menggunakan *paper based test* secara langsung.

Hasil dari *post-test* menunjukkan bahwa nilai rata-rata 9,14 dari jumlah peserta 22 siswa. Hasil nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa ada perubahan secara signifikan dari rata-rata nilai *pre-test* adalah 9 menjadi 9,14 pada tahapan *post-test*. Sehingga hasil ini menunjukkan bahwa siswa MTs Riyadlatul Ulum mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 0,015% pasca penyuluhan.



Pembahasan Kegiatan Penyuluhan PHBS

Berdasarkan hasil penyuluhan pada perspektif peserta, penyuluhan PHBS pada siswa-siswi 22 siswa-siswi kelas VII MTs Riyadlatul Ulum di Kota Metro menunjukkan hasil signifikan yang positif. Peningkatan sebesar 0,015% membuktikan bahwa kegiatan penyuluhan memang eksplisit membawa dampak transformasi secara langsung. Sehingga intervensi dari mahasiswa dan dosen IAIN Metro dapat meningkatkan pengetahuan PHBS di lingkungan sekolah dan pesantren secara progresif.

Sementara itu, berdasarkan hasil dari perspektif kegiatan penyuluhan PHBS menunjukkan adanya indikator kekurangan dan kelebihan sebagai pendukung terselenggaranya kegiatan penyuluhan. Untuk itu, hasil kegiatan penyuluhan PHBS dapat dielaborasi dengan Analisa SWOT dari Albert S. Humphrey. Analisa SWOT mencakup indikator *strengths* (kekuatan), *weaknesses* (kelemahan), *opportunities* (peluang), dan *threats* (ancaman).

Pada indikator *strengths* (kekuatan), kegiatan penyuluhan PHBS mendapatkan dukungan dan intervensi dari *stakeholder*, meliputi; pihak kampus IAIN Metro khususnya dari Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD), pihak MTs dan Pondok Pesantren Riyadlatul Ulum dan para peserta penyuluhan. Intervensi para *stakeholder* ini merupakan sebuah *strengths* (kekuatan) yang diwujudkan dengan

kontribusi penyediaan berbagai fasilitas pendukung kegiatan penyuluhan.

Selanjutnya pada indikator *weaknesses* (kelemahan), hasil penyuluhan menunjukkan bahwa ada beberapa elemen kegiatan penyuluhan yang menjadi hambatan. Salah satunya adalah segmentasi penyuluhan yang masih berpusat pada internal lembaga tertentu dan tertutup. Artinya, peserta penyuluhan diklasifikasikan sesuai dengan usia, kelas dan komunitas tertentu. Apabila penyuluhan dengan audien atau peserta yang heterogen maka tidak akan berjalan secara efektif. Hal ini karena pemilihan soal-soal *pre-test* dan *post-test* disesuaikan dengan latar belakang usia, kelas dan komunitas. Sehingga penyuluhan PHBS kurang efektif apabila dibuka untuk masyarakat umum.

Selanjutnya, pada indikator *opportunities* (peluang), kegiatan penyuluhan PHBS cenderung menunjukkan dampak yang positif. Hasil asesmen menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta sebesar 0,015% pasca penyuluhan tentang materi PHBS. Dari hasil ini dapat menjadi argumentasi bahwa penyuluhan PHBS memiliki peluang jika kegiatan penyuluhan ini diprogramkan secara berkelanjutan. Oleh karena itu, hasil asesmen di atas dapat memperluas ekspansi penyuluhan PHBS di lingkungan pesantren dan sekolah.

Pada indikator yang terakhir, kegiatan penyuluhan PHBS riskan akan munculnya problematika atau *threats* (ancaman). Dari sisi internal, ancaman akan datang dari pendanaan dan sistem organisasi kepanitian kegiatan penyuluhan PHBS. Sedangkan dari sisi eksternal, setiap individu memiliki persepsi yang bermacam-macam, khususnya santri di pondok pesantren klasik.

5. KESIMPULAN

Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di MTS Riyadlatul Ulum merupakan salah satu langkah progresif merespon minimnya kebersihan di lingkungan pesantren serta menjaga kesehatan saat pandemi Covid-19. Kegiatan penyuluhan PHBS diselenggarakan dengan 3 tahapan, meliputi; penyuluhan awal, penyuluhan inti dan penyuluhan akhir. Selanjutnya, kegiatan penyuluhan PHBS menunjukkan hasil positif yang signifikan dibuktikan dari *pre-test* dan dilanjutkan *post-test* pengetahuan peserta meningkat sebesar 0,015%.

Sementara itu, evaluasi penyelenggaraan kegiatan penyuluhan PHBS dianalisis dengan metode *strengths* (kekuatan), *weaknesses* (kelemahan), *opportunities* (peluang), dan *threats* (ancaman). Hasil analisis menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan PHBS memiliki peluang yang terbuka untuk merealisasikan budaya hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan pesantren. Kegiatan penyuluhan PHBS dapat menjadi sarana mediator sebagai langkah edukasi perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan PHBS dapat menjadi program edukasi berkesinambungan jangka panjang yang bermanfaat bagi penyelenggara dan peserta penyuluhan.

6. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada seluruh *stakeholder* yang terlibat dan berkontribusi menyukseskan kegiatan penyuluhan PHBS antara lain perwakilan dari pihak MTS dan Pesantren MTS Riyadlatul Ulum beserta siswa-siswi peserta penyuluhan dan mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) IAIN Metro.

7. REFERENSI

- Dinkes Salatiga. (2021). *Mari Cegah Covid-19 dengan 5M*. <http://dinkes.salatiga.go.id/mari-cegah-covid-19-dengan-5m/>
- Kemendes RI. (2014). Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun Di Indonesia. In *Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun Di Indonesia* (p. 8). <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-ctps.pdf>.
- Kemendes RI. (2016). *PHBS*. <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>
- Kemendes RI. (2021). *Pelaksanaan PHBS di Pesantren*. <https://promkes.kemkes.go.id/pelaksanaan-phbs-di-pesantren#:~:text=PHBS di Pesantren adalah sekumpulan,aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat.>
- Makful, N. A., & Pirawati, N. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Santri tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan

Penerapan PHBS di Pondok Pesantren
Khusus Putri As-Syafi'iyah Jakarta Timur.
Jurnal Afiat : Kesehatan Dan Anak, 5(1).

Nadrati, B., Wijayanto, W. P., & Musniati, M.
(2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih
Dan Sehat (Phbs) Santri Di Pondok
Pesantren Ad Diinul Qoyyim Lombok Barat.
Holistik Jurnal Kesehatan, 13(1), 1–6.
<https://doi.org/10.33024/hjk.v13i1.1126>

Satuan Tugas Penanganan COVID-19. (2022).
PETA SEBARAN. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>