

## EDUKASI MANAJEMEN SEHAT ALA SANTRI MELALUI PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Makiah\*, Mohammad Ziad Anwar  
Universitas Bumigora Mataram  
Korespondensi\* : makiah28@universitasbumigora.ac.id

Diserahkan: 2 Oktober 2024, Direvisi: 15 Oktober 2024, Tersedia daring: 31 Oktober 2024

### Abstrak

Salah satu tugas utama sebagai dosen selain melakukan pendidikan dan pengajaran adalah melakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM). Kegiatan PKM ini sebagai bentuk kepedulian dosen terhadap kebersihan dan kesehatan santri di pondok pesantren yang masih kurang ditamakan. Sebagian besar pondok pesantren hingga saat ini masih dengan permasalahan klasik yang berkaitan dengan kebersihan, sehingga penting bagi santri untuk menjaga kebersihan lingkungan pesantren dan menjaga kebersihan diri dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan ini melibatkan 100 orang santriwan dan santriwati SMP-IT Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Penyampaian materi melalui penyuluhan, pendampingan, dan bimbingan kepada santri tentang bagaimana menjaga kebersihan dan kesehatan ala santri melalui PHBS. Tahap evaluasi dilakukan dengan menilai pemahaman santri atas materi yang telah disampaikan. Kegiatan pengabdian ini tidak cukup pada pemberian edukasi, namun perlu adanya tindak lanjut pengamatan dan pemantauan penerapan PHBS sekolah sehingga santri betul-betul menjaga kebersihan dan kesehatan, dengan demikian diperoleh santri sehat untuk Indonesia kuat, dari santri untuk negeri.

**Kata kunci:** pondok pesantren, santri, PHBS.

### Abstract

*One of the main tasks of a lecturer is to carry out Community Service activities. This activity is a form of lecturers' concern for the cleanliness and health of students in Islamic boarding schools, which are still underestimated. Most boarding schools still have classic problems related to cleanliness, so students need to maintain the cleanliness of the pesantren environment and maintain personal hygiene by implementing Clean and Healthy Living Behavior. This activity involved 100 students of the Islamic Junior High School of Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung, West Lombok Regency, and West Nusa Tenggara. The lesson is delivered through counselling, mentoring, and guidance to students on how to maintain cleanliness and health through Clean and Healthy Living Behavior. The evaluation stage is carried out by assessing the student's understanding of the lesson that has been delivered. This service activity is not enough to provide education. Still, there needs to be a follow-up observation and monitoring of the implementation of school Clean and Healthy Living Behavior so that students really maintain cleanliness and health, thus obtaining healthy students for a strong Indonesia, from students for the country.*

**Keywords:** boarding school, students in boarding schools, Clean and Healthy Living Behavior

## A. PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang

Pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan yang berfokus dalam bidang agama, memiliki andil yang sangat besar terhadap perjalanan sejarah bangsa dan dalam mencerdaskan kehidupan anak bangsa. Pendidikan pesantren mengalami perubahan dan dinamika yang sangat cepat mengikuti arus perubahan dan perkembangan zaman. Pendidikan pesantren mengalami pergeseran dalam sistem pembelajaran. Pondok pesantren tidak hanya mengajarkan ilmu pengetahuan agama, namun di pesantren juga diajarkan ilmu pengetahuan umum serta informasi dan teknologi. Perkembangan

teknologi tidak menggeser nilai utama pesantren, melainkan menjadi ilmu tambahan sebagai bekal santri dalam menghadapi perubahan dan perkembangan zaman.

Santri merupakan unsur pokok atau komponen utama pada suatu pesantren. Hingga saat ini, pondok pesantren masih memiliki masalah yang terkait dengan sanitasi dan kebersihan, sebagai pemicu mudahnya penyebaran penyakit antar santri (Ulya *et al.*, 2023). Dalam menunjang kehidupan santri di pondok pesantren, maka penting bagi santri menjaga kebersihan lingkungan pesantren dan menjaga kebersihan diri atau *personal hygiene* agar terbebas dari penyakit. *Personal hygiene* santri dapat dilakukan dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan PHBS masih sangat fokus pada tatanan rumah tangga, sementara PHBS tatanan sekolah dan pondok pesantren masih kurang diperhatikan, sedangkan santri di pondok pesantren memiliki risiko tinggi penularan penyakit karena hidup bersama dan penggunaan fasilitas pondok secara bersama-sama.

Salah satu kewajiban sebagai dosen adalah melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang terangkum dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi. Melalui kegiatan PKM, dosen Universitas Bumigora Mataram memberikan Edukasi Manajemen Sehat Ala Santri Melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santriwan dan santriwati Sekolah Menengah Pertama-Islam Terpadu (SMP-IT) Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Kegiatan edukasi manajemen sehat ala santri melalui PHBS dilakukan sebagai bentuk kepedulian dosen terhadap kebersihan dan kesehatan santri di pondok pesantren yang masih kurang diutamakan, karena kejadian penyakit kulit yang mudah menular pada santri menjadi perhatian dosen untuk memberikan edukasi *personal hygiene* yakni penerapan PHBS.

## 2. Profil Mitra

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilakukan oleh tim penulis, bekerjasama dengan petugas kesehatan bidang promosi kesehatan dari Unit Pelaksana Teknis (UPT) Puskesmas Dasan Tapen, yang berada dekat dengan lokasi pesantren. Kegiatan PKM ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada santri tentang menjaga *personal hygiene* melalui penerapan PHBS pada santriwan dan santriwati Sekolah Menengah Pertama-Islam Terpadu (SMP-IT). Sekolah ini merupakan salah satu lembaga pendidikan yayasan Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Pemilihan mitra tersebut didasarkan pada adanya informasi dari warga sekitar pondok kejadian penyakit kulit yang menyerang sebagian besar santriwati dan belum ada edukasi mengenai PHBS pada santri di Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Penyakit kulit seperti kudis sangat mengganggu santri dalam melaksanakan aktivitas belajar di pondok pesantren, terlebih lagi jika penyakit kudis ini menyerang santri maka akan meningkatkan risiko penularan secara cepat kepada seluruh santri. Hal inilah menjadi dasar pelaksanaan edukasi manajemen sehat ala santri.

## B. TINJAUAN PUSTAKA

*Personal hygiene* merupakan tindakan individu dalam memelihara kebersihan dan kesehatan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik maupun psikis. *Personal hygiene* memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan individu. Salah satu cara dalam memelihara kebersihan dan kesehatan individu adalah dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Setiawan *et al.*, 2020). PHBS merupakan bentuk

perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga dan masyarakat. Penerapan PHBS bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatan, baik kesehatan fisik, mental, spiritual, maupun sosial. (RI, 2020). PHBS dapat didefinisikan sebagai semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga individu, keluarga, dan masyarakat dapat menolong dirinya sendiri dalam kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan masyarakat. Penerapan PHBS dapat bermanfaat dalam meningkatkan kesadaran bagi individu, keluarga, dan masyarakat yang sehat dan tidak mudah terserang penyakit, menciptakan lingkungan yang sehat sehingga meningkatkan kualitas dan semangat hidup (Indriastuti, 2021).

Kemenkes (2016) menerangkan penerapan PHBS dapat dilakukan pada semua area kehidupan, baik rumah tangga atau keluarga, sekolah, tempat kerja, panti asuhan, sarana kesehatan dan tempat umum. PHBS sekolah merupakan kegiatan yang memberdayakan siswa, guru dan masyarakat yang berada di lingkungan sekolah untuk menerapkan dan mempraktikkan pola PHBS, sebagai langkah menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat, sehingga meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat. Penerapan PHBS dalam lingkungan sekolah memiliki tolok ukur atau indikator sebagai ukuran, acuan bahwa seseorang telah memenuhi kriteria penerapan PHBS atau tidak dalam kehidupan sekolah. Adapun indikator PHBS di sekolah lingkungan pondok pesantren meliputi: 1) Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan; 2) Mengonsumsi jajanan sehat; 3) Menggunakan jamban bersih dan sehat; 4) Olahraga yang teratur; 5) Memberantas jentik nyamuk; 6) Tidak merokok di lingkungan sekolah; 7) Membuang sampah pada tempatnya, dan 8) Melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

Pentingnya menerapkan PHBS pada lingkungan sekolah sebagai upaya pencegahan terhadap penyakit. Penyakit kulit seperti kudis atau dalam istilah medis *scabies* rentan menyerang santri di pondok pesantren. *Scabies* merupakan salah satu jenis penyakit kulit yang disebabkan oleh adanya tungau (*sarcoptes scabiei*) yang menggali ke dalam kulit yang menyebabkan rasa gatal yang sangat kuat pada sekitar area kulit yang digali oleh tungau tersebut. Hidup di pondok pesantren dalam lingkungan berkelompok, penggunaan fasilitas pesantren secara bersama-sama menjadi salah satu faktor risiko yang menyebabkan penularan *scabies* atau kudis. Selain itu, keterbatasan pasokan air bersih dan kebersihan yang buruk pada santri menjadi salah satu faktor kuat mudah terjangkit penyakit kulit seperti kudis (Kemenkes, 2023).

### C. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Rangkaian persiapan kegiatan PKM ini berlangsung selama kurang lebih 1 (satu) bulan pada bulan Agustus 2024. Pelaksanaan kegiatan PKM melibatkan 100 orang santriwan dan santriwati SMP-IT Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Metode pelaksanaan kegiatan PKM meliputi beberapa tahapan, yaitu:

1. Koordinasi awal dengan tim pelaksana;

Tahap koordinasi awal tim penulis dengan tim pelaksana, dalam hal ini petugas kesehatan bidang promosi kesehatan UPT Puskesmas Dasan Tapen. Cakupan bahasan diskusi pada tahap ini meliputi pembagian tugas dan tanggung jawab setiap anggota tim, penyusunan jadwal pelaksanaan, penyediaan bahan dan media edukasi (layar proyektor dan laptop), serta penyusunan rencana evaluasi.

2. Perolehan izin pelaksanaan kegiatan dengan pondok pesantren;

Tahapan selanjutnya setelah koordinasi awal selesai adalah pengajuan permohonan izin resmi kepada pimpinan yayasan Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Cakupan kegiatan pada tahap ini adalah penyusunan izin pelaksanaan kegiatan, melakukan audiensi dengan pimpinan yayasan Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat, hingga memperoleh persetujuan untuk pelaksanaan kegiatan sesuai dengan jadwal kegiatan yang tidak mengganggu jadwal pembelajaran santri.

3. Observasi awal;

Tahapan observasi awal bertujuan untuk mengidentifikasi pengetahuan, sikap, dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada santri, mengidentifikasi masalah penyakit kulit yang menyerang sebagian besar santriwan dan santriwati. Cakupan kegiatan pada tahap ini, meliputi pengamatan sarana dan prasarana yang tersedia di pondok pesantren, meninjau secara langsung keadaan sanitasi dan higienitas santriwan maupun santriwati, melakukan wawancara singkat dengan ustadz atau ustadzah serta kakak pembina asrama alias pengurus pesantren yang kebersamaan santri dalam aktivitasnya di pondok pesantren.

4. Pelaksanaan kegiatan;

Kegiatan ini berfokus pada pelaksanaan Edukasi Manajemen Sehat Ala Santri Melalui Penerapan PHBS pada santri. Tahapan ini meliputi beberapa cakupan, penyampaian materi mengenai bagaimana menjaga kebersihan dan kesehatan ala santri melalui penerapan PHBS, indikator PHBS sekolah dengan mempraktikkan atau memberikan simulasi terkait salah satu indikator PHBS sekolah (seperti praktik mencuci tangan dengan benar). Tahapan pelaksanaan kegiatan ini disepakati pada hari Rabu, 28 Agustus 2024 yang berlokasi di Aula Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat.

5. Evaluasi;

Pengukuran keberhasilan kegiatan dengan menilai pemahaman santri atas materi yang telah disampaikan dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait materi PHBS dan meminta santri melakukan demonstrasi cara mencuci tangan yang benar.

6. Penulisan laporan kegiatan PKM

Tahapan akhir dari kegiatan PKM adalah membuat laporan kegiatan.

#### **D. PELAKSANAAN KEGIATAN**

Pelaksanaan pengabdian sebagai rangkaian kegiatan yang dimulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan atau penyampaian materi edukasi dan terakhir tahap evaluasi dari proses kegiatan pengabdian. Tahap pelaksanaan kegiatan diisi dengan pemberian sambutan dari pimpinan yayasan Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, kemudian dilanjutkan dengan pemberian sambutan dari kepala sekolah. Selanjutnya penyampaian materi Edukasi Manajemen Sehat Ala Santri Melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang disampaikan oleh petugas kesehatan dari UPT Puskesmas Dasan Tapen. Penyampaian materi melalui penyuluhan, pendampingan, dan bimbingan kepada santri tentang bagaimana menjaga, mengatur kesehatan ala santri dengan menerapkan PHBS di lingkungan sekolah atau pondok pesantren.

Pada tahapan penyampaian materi secara ceramah, seluruh santri diminta mencatat materi yang disampaikan oleh narasumber dan disediakan waktu tanya jawab, diskusi serta mempraktikkan atau memberikan simulasi terkait salah satu indikator PHBS sekolah. Adapun materi yang disampaikan adalah bagaimana mengatur, menjaga

kesehatan ala santri dan materi PHBS meliputi definisi PHBS, tujuan dan manfaat penerapan PHBS pada tatanan sekolah dan pondok pesantren, indikator PHBS sekolah, serta akibat yang ditimbulkan jika tidak menerapkan PHBS di lingkungan sekolah atau pondok pesantren berupa beberapa contoh penyakit (seperti kudis dan penyakit kulit lainnya) yang dapat menyerang santri jika tidak menerapkan PHBS.



**Gambar 1: Tahapan Pelaksanaan – Penyampaian Materi Manajemen Sehat Ala Santri Melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

Tahapan akhir dari kegiatan PKM adalah tahap evaluasi. Tahapan evaluasi dilakukan dengan menilai pemahaman santri atas materi yang telah disampaikan dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait materi PHBS dan meminta santri melakukan demonstrasi cara mencuci tangan yang benar. Dari beberapa pertanyaan yang diberikan narasumber, santriwan dan santriwati mampu menjawab dan menerangkan indikator PHBS sekolah, serta paham pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dengan berperilaku hidup bersih dan sehat agar tidak mudah terjangkit penyakit.



**Gambar 2 : Tahapan Evaluasi – Tanya Jawab terkait Materi Manajemen Sehat Ala Santri Melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

## **E. PENUTUP**

Kegiatan PKM melalui edukasi ini memberikan dampak positif terhadap santri dan tatanan sekolah Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiah, Gerung Kabupaten

Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Pemberian edukasi manajemen sehat ala santri melalui penerapan PHBS ini mendapat apresiasi dari pimpinan umum yayasan Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Gerung Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Kegiatan pengabdian ini tidak cukup sampai pada pemberian edukasi, namun perlu adanya tindak lanjut pengamatan dan pemantauan penerapan PHBS sekolah sehingga santri betul-betul menjaga kebersihan dan kesehatan, dengan demikian diperoleh santri sehat untuk Indonesia kuat, dari santri untuk negeri.

### DAFTAR PUSTAKA

- Indriastuti, D. R. (2021). Buku Saku Membangun Kepedulian Masyarakat untuk Berperilaku Pola Hidup Bersih Sehat. In *UNISRI Press* (1st Editio, Vol. 3). UNISRI Press. [https://press.unisri.ac.id/wp-content/uploads/2021/03/A5\\_buku-saku-PSLKPW-PHBS-edit\\_SIAP-CETAK.pdf](https://press.unisri.ac.id/wp-content/uploads/2021/03/A5_buku-saku-PSLKPW-PHBS-edit_SIAP-CETAK.pdf)
- Kemendes. (2016). PHBS. *Kemendes RI*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>, diakses pada 15 Agustus 2024.
- Kemendes. (2023). Apakah itu Kudis (Scabies)? *Kemendes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2533/apakah-itu-kudis-scabies](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2533/apakah-itu-kudis-scabies), diakses pada 15 Agustus 2024.
- RI, K. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga. In *Direktoral Rehabilitasi Sosial Anak Direktorat Jenderal Rehabilitasi Sosial Kementerian Sosial*. <https://kemensos.go.id/uploads/topics/15863905705284.pdf>
- Setiawan, H., Firdaus, F. A., Ariyanto, H., & Khaerunnisa, R. N. (2020). Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Pondok Pesantren. *Madaniya*, *1*(3), 118–125. <https://madaniya.pustaka.my.id/journals/contents/article/view/22>
- Ulya, T., Syaidatussalihah, S., & Halid, M. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Mencegah Penularan Skabies Pada Santri Pondok Pesantren Al-Muwahhidin Lelede. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, *7*(1), 511. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.13825>