



## **PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SANTRIWAN SANTRIWATI SEKOLAH DASAR DI PONDOK PESANTREN TAHFIDZ**

Yusron Adi Utomo, Awis Hamid Dani, Sutaip, Maulida Fitri Annisa, Amin Susilo, Dewi  
Laelatul Badriah, Dwi Nastiti Iswarawanti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

*yuronadiutomo@gmail.com*

### **Abstrak**

Lingkungan kehidupan pesantren merupakan lingkungan yang cukup nyaman untuk masyarakat tempat tinggal karena lingkungannya religius. Masalah yang masih muncul di Pesantren adalah masih ada pesantren yang tumbuh dalam lingkungan kumuh seperti pada kamar yang tidak memenuhi syarat sesuai standar yang ditetapkan dan belum pemahamannya mengenai pentingnya Kesehatan. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan Kesehatan terhadap pengetahuan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon. Metode pengabdian masyarakat dengan penyuluhan dan dilakukan pretest dan posttest. Metode pengambilan sampel dengan *total sampling* sebanyak 42 santriwa/santriwati, untuk memperoleh hasil kuesioner menggunakan analisa uji T. Hasil uji statistik diperoleh nilai T sebesar 12.670 dan  $p = 0,003$ . Kesimpulan pada pengabdian masyarakat ini yaitu terdapat pengaruh penyuluhan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap pengetahuan santri di pondok pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa.

*Kata Kunci: Penyuluhan, PHBS, Pesantren.*

---

### **PENDAHULUAN**

Melihat dari Undang-Undang nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan mengatakan bahwa “Kesehatan Sekolah” untuk menaikkan kemampuan hidup sehat siswa/siswi dalam lingkungan hidup sehat sehingga bisa belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis sehingga menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Supriyatno, 2021). Perilaku hidup bersih dan Sehat (PHBS) artinya suatu keadaan seseorang dalam rumah tangga (famili)



masyarakat Indonesia sudah melaksanakan perilaku hidup bersih dan Sehat (PHBS) pada kegiatan yang dapat mencegah timbulnya penyakit, menanggulangi penyakit dan persoalan kesehatan lain, menaikkan derajat kesehatan manusia, memaksimalkan pemanfaatan pelayanan kesehatan, membuat, serta mengadakan upaya kesehatan dari sumber masyarakat itu sendiri. PHBS di sekolah adalah cara untuk meningkatkan semangat siswa, guru, dan masyarakat dilingkungan sekolah supaya lebih memahami, mau, dan mampu menerapkan PHBS serta berperan aktif pada menciptakan sekolah sehat (Nurhajati, 2012).

PHBS pula ialah sekumpulan sikap yang diterapkan oleh siswa/siswi, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar pencerahan sebagai akibat pembelajaran, sehingga secara mandiri bisa mencegah penyakit, mempertinggi kesehatannya, dan berperan aktif pada menciptakan lingkungan yang sehat (Taryatman, 2016). Anak usia SD (Sekolah Dasar) adalah masa tumbuh kembang yg baik, di masa ini, anak-anak harus menerima pengawasan terhadap kesehatannya sebab pada usia sekolah, anak-anak memiliki pola aktifitas yang seringkali bekerjasama eksklusif dengan lingkungan yang kotor sebagai akibatnya mengakibatkan anak-anak mudah terserang penyakit. Kurangnya pengetahuan serta pencerahan orang tua dalam memperhatikan personal hygiene anak mengakibatkan anak jua tidak memperhatikan kebersihan dirinya sendiri, termasuk perawatan kuku pada anak-anak (Kusuma, 2019).

PHBS yang paling utama adalah kebersihan perindividu sering kali kurang menjadi perhatian dari santri. ada pesantren yg memang berada pada lingkungan yg kumuh seperti di kamar yang tak memenuhi syarat untuk memenuhi standar yg kebersihan layak huni, kamar mandi serta WC yg kotor, lingkungan kamar yang lembab serta tak adanya ventilasi buat pertukaran udara, sanitasi yg tidak bagus, perilaku yang tidak baik, contohnya menggantung pakaian didalam kamar secara berdekatan dan tidak dicuci atau disetrika untuk membunuh kuman yang ada pada pakaian, menggunakan handuk yang tidak dijemur setelah dipakai dan menggunakan sabun batang secara berbarengan dengan santriwan/santriwati yang lainnya (Ridwan, Sahrudin and Ibrahim, 2017).

Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon adalah sekolah yang didirikan pertama kali pada tahun 2018. Melihat dari struktur bangunan masih baru akan tetapi kehidupan santriwan/santriwati terlihat belum mumpuni terhadap PHBS dan belum memenuhi syarat untuk dikatakan sehat dan bersih. Kebiasaan para santri juga masih belum sesuai dengan PHBS seperti mencuci baju seminggu sekali, Wc jarand dibersihkan atau disikat, masih



menggunakan handuk secara bergantian, dll. Jumlah santri sebanyak 42 orang dengan keseluruhan berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 dan laki laki sebanyak 28 belum sama sekali mendapatkan edukasi dari pihak terkait. Berdasarkan hal-hal tersebut, penulis ingin mengetahui adakah pengaruh penyuluhan kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap tingkat pengetahuan santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon.

## MASALAH

Santri yang ada di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon belum mendapatkan edukasi mengenai PHBS sehingga setelah dilakukan survey kepada 5 anak, terdapat 4 anak yang tidak mengetahui bagaimana cara hidup menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dilaksanakan melalui metode pendidikan kesehatan dengan cara memberikan penyuluhan kepada seluruh santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon tahun 2021. Populasi dan sampel penelitian yaitu seluruh santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon yang berjumlah 42 orang. Sebelum melakukan penyuluhan dilakukan terlebih dahulu pretest untuk peserta. Selanjutnya melakukan penyuluhan sanitasi lingkungan pesantren dan perilaku kebersihan sehari-hari. Setelah itu dilakukan posttest pada responden. Cara mengetahui hasil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan analisis data yang digunakan adalah Uji Beda *Mean Dependent (Faired Test)*. Pertama kali adalah menganalisis data menggunakan univariat untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dan analisis bivariat menggunakan uji *paired t-test* dengan uji prasyarat yang harus dipenuhi yaitu normalitas dengan menggunakan uji *wilcoxon* diperoleh signifikasi 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dilaksanakan secara luring dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 17 Desember 2021. Pembukaan dihadiri langsung oleh pimpinan Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan



Dhuafa Cirebon dan seluruh jajaran pengurus pesantren. Tampak di foto sebagai berikut:



**Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat**

Sebelum kegiatan dilaksanakan terlebih dahulu diukur pengetahuan dengan kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan pengetahuan. Pengukur pengetahuan santri dilakukan dengan memberikan kusioner yang dibagikan kepada santri dengan pendampingan dalam mengisi kuesioner. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori hasil pre-test, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Pretest dan Posttest**

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	(%)	N	(%)
Kurang	31	73.8	5	11.9
cukup	10	23.8	6	14.3
Baik	1	2.4	31	73.8
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100</b>	<b>42</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1. Dari 40 responden yang mengikuti pre-test, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 31 orang (73.8%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulastri, Purna and Suyasa, 2019) menyatakan bahwa pada biasanya tingkat pengetahuan anak sekolah dasar masih kurang dibandingkan jenjang sekolah yang lebih tinggi, karena anak sekolah dasar masih memerlukan binaan secara berkesinambungan sehingga etika ataupun karakter mereka dibangun sedini mungkin untuk membentuk pribadi yang lebih baik lagi, melalui penyuluhan baik oleh petugas kesehatan setempat atau guru guru yang berada di masing-masing lingkungan sekolah. Responden yang mengikuti post-test, sebagian besar responden mempunyai pengetahuan Baik sebanyak 31

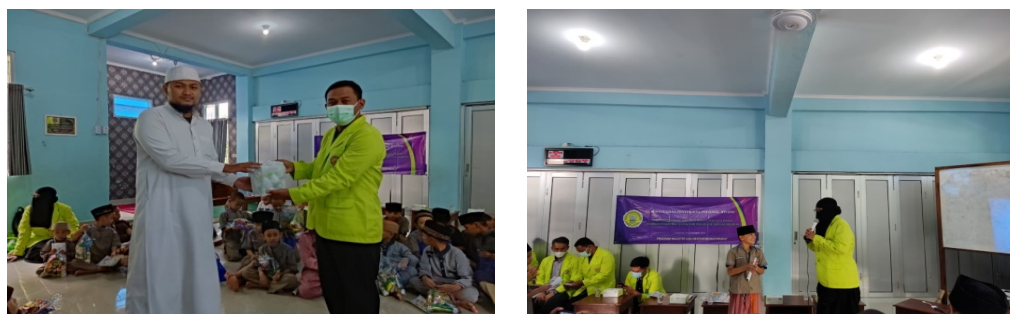


orang (73,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulastri, Purna and Suyasa, 2019) bahwa pada permulaan anak usia 6 tahun anak akan mulai masuk sekolah dan telah memiliki lingkup yang luas sehingga dapat mempengaruhi kebiasaan-kebiasaan orang-orang sekitar. Hal ini akan mempermudah perubahan perilaku dengan semakin banyaknya pengetahuan dari setiap anak sekolah dasar.



**Gambar 2. Materi yang diberikan**

Peserta antusias dengan kegiatan yang dilakukan dengan harapan mendapatkan pemahaman yang baik mengenai sanitasi lingkungan dan menjaga kebersihan diri sendiri agar terhindar dari segala penyakit menular maupun yang tidak menular. Penyuluhan dilakukan dengan komunikasi dua arah yakni penyuluh dan audiens, agar penyuluhan dapat tersampaikan dengan baik. Foto kegiatan pelaksanaan penyuluhan dapat terlihat sebagai berikut:



**Gambar 3. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat**



**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Hasil Post test**

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
Pengetahuan pretest	1.29	0.508
Pengetahuan post test	2.62	0.697

Berdasarkan Tabel 2. Berdasarkan uji analisis sample *paired test* yang diperoleh dapat dilihat rata-rata skor rata-rata hasil *pretest* sebesar 1,29 menjadi 2,64 dengan jumlah kenaikan *point* 1,35. Perubahan sikap dengan *conditioning* atau pembiasaan ini diharapkan agar santri maupun keluarga besar pesantren dapat melakukan perubahan perilaku setelah mengetahui banyak hal akan meningkat sedikit demi sedikit, dengan akhirnya anak di usia 8-12 tahun sudah bisa memahami, menentukan kualitas hidupnya masing-masing.

**Tabel 3. Hasil Analisis Uji T**

Pengetahuan	Rata-Rata Selisih	Nilai T	p Value
Pengetahuan <i>pretest</i>			
Pengetahuan <i>posttest</i>	-3.127	12.670	.003

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil perhitungan uji statistik dengan menggunakan spss, diperoleh nilai t sebesar 12.670 dan  $p = 0,003$  ( $p < 0,05$ ), artinya ada pengaruh Penyuluhan pentingnya PHBS pada santriwan dan santriwati sekolah dasar pondok pesantren tahfidz al qolam yatim dan dhuafa cirebon. Sesuai perkataan yang disampaikan oleh pendamping asrama santri memang anak santriwan/santriwati belum pernah mendapatkan edukasi yang khusus membahas terkait PHBS bahkan pengurus pesantrenpun masih harus diberikan edukasi untuk bisa menerapkannya kepada anak didiknya. Pengetahuan santri bisa bertambah dengan diberikannya edukasi yang tepat tentang PHBS melalui penyuluhan atau pemaparan materi PHBS, penyampaian video pembelajaran serta diskusi dan tanya jawab terkait materi bahaya pernikahan dini tersebut.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa hasil *post test* lebih baik daripada hasil pre-test, hal ini dikarena adanya suatu perlakuan yaitu sebelum post-test para santri diberikan Penyuluhan pentingnya PHBS dengan metode-metode tersebut. Penyuluhan berupa materi-materi yang dapat meningkatkan kemampuan tentang pengetahuan PHBS dan menjadi



satau manfaat yang besar bagi Kesehatan para santri dipesantren. Hal ini sesuai dengan WHO dalam Pratiwi (2021) yang menyebutkan bahwa promosi kesehatan adalah proses menaikkan kemampuan orang dalam mengendalikan serta menaikkan keadaan sehat, seseorang atau grup dan wajib bisa mengidentifikasi serta menyadari aspirasi, dan bisa memenuhi kebutuhan dan perubahan atau mengendalikan lingkungan (Pratiwi *et al.*, 2021). Peningkatan pengetahuan juga memberikan dampak yang positif untuk para santriwan/santriwati karena dengan meningkatnya pengetahuan mereka akan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari mereka dan akan mencoba untuk merubah perilaku untuk meningkatkan Kesehatan sehingga dapat belajar dengan nyaman dan sehat. Promosi kesehatan berperan krusial dalam edukasi kepada santri terhadap hidup sehat, menjaga dirinya supaya tetap sehat, mempertinggi kualitas kesehatan, peka serta tanggap terhadap datangnya penyakit, bisa mengikuti keadaan dengan baik terhadap lingkungan serta perubahan-perubahan yang terjadi. Selain itu, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tetti Solehati, dkk bahwa ada perbedaan yang signifikan di aspek pengetahuan, perilaku, serta motivasi PHBS pada lingkungan rumah tangga dan umum sesudah diberikan promosi kesehatan (Solehati, T., Rahmat, A., Kosasih, C.E., & Hidayati, 2018).

Acara sesi diskusi setelah penyuluhan, banyak santriwan/santriwati yang tertarik untuk bertanya dan mengutarakan pendapatnya mengenai kegiatan dilingkungannya, sehingga kami sebagai penyuluh yang memberikan pengabdian masyarakat ini memberikan masukan serta nasihat yang berguna untuk meningkatkan Kesehatan seperti sering mengganti sprei tempat tidur minimal 1 minggu sekali, menjemur bantal atau guling untuk mengurangi adanya tungau pada bantal, sering mencuci pakaian bekas pakai setiap hari sehingga tidak membuat tingginya resiko untuk terjadinya penyakit kulit, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, dll. Meskipun kami sudah memberikan penyuluhan ternyata ada banyak factor lain selain hal-hal yang tadi disebutkan yang mendukung peningkatan Kesehatan santriwan/santriwati, seperti makan makanan yang dimasak dengan matang, sering mengkonsumsi sayur dan memakan makanan sesuai dengan gizi yang seimbang. Hal ini sesuai dengan yang dituliskan oleh Lawrence Green (1993) dalam Notoatmodjo (2012), bahwa kesehatan seseorang atau warga ditentukan oleh faktor-faktor, yakni faktor perilaku serta faktor diluar perilaku, selanjutnya sikap itu sendiri ditentukan atau dibentuk dari 3 faktor, yaitu: (1) Faktor predisposisi (predisposing factors) yang tercipta dalam pengetahuan, perilaku, kepercayaan, keyakinan,



nilai-nilai serta sebagainya; (2) Faktor pendukung (enabling factors) yang terwujud pada lingkungan fisik, tersedianya atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana; dan (3) Faktor pendorong (reinforcing factors) yg terwujud dalam sikap serta perilaku petugas yang artinya kelompok referensi dari perilaku masyarakat (Notoatmodjo, 2012). Hasil diatas diperkuat dengan pernyataan penelitian yang dilakukan oleh Malawati, 2013 yaitu perilaku seseorang adalah suatu tanggapan manusia terhadap lingkungannya baik dalam bentuk pengetahuan juga sikap. Pengetahuan artinya hasil memahami dari manusia serta ini terjadi setelah seorang manusia tadi melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Malawati, 2013).

Memberikan penyuluhan mengenai PHBS merupakan tantangan besar bagi kami karena mengubah perilaku seseorang dan cara pandang merupakan hal yang sulit. Tapi kami berusaha menyakinkan santriwan/santriwati untuk merubah cara pandang dan perilakunya agar memiliki kebiasaan yang sehat, karena jika seseorang bertubuh sehat akan meningkatkan daya berpikir dan kerjanya sehingga bisa terciptanya sumber daya manusia yang baik bagi negara. Para santriwan/santriwati juga sudah mempunyai cara pandang yang baik terhadap Kesehatan karena edukasi yang sudah kami berikan, mereka juga mau merapkan ke kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini dibuktikan Ketika pada sesi diskusi mereka bersemangat karena mendapatkan pengetahuan yang baru dan melihat kepada hasil prorest juga pengetahuan mereka meningkat. Hal ini sejalan dengan teori dari Chandra, dkk (2017) bahwa Seorang manusia yang memiliki pengetahuan baik mengenai sesuatu yang dibutuhkan akan memiliki perilaku yang baik dalam memelihara lingkungan yang bersih dan sehat yang berkaitan langsung dengan PHBS di sekolah dasar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chandra, dkk (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan PHBS pada Sekolah Dasar di Kecamatan Cerbon (Chandra, 2017).

Kegiatan diakhiri dengan sesi foto pengabdian masyarakat sekaligus penutupan kegiatan

:





**Gambar 6. Dokumentasi penutupan kegiatan**

Semua kegiatan berjalan lancar dan baik, seluruh santri dapat berkontribusi dengan baik selama jalannya acara sekaligus pengasuh pesantren yang ikut terlibat selama kegiatan berlangsung.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelatihan melalui metode penyuluhan kesehatan di dapat kesimpulan bahwa setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat terdapat perbedaan yang signifikan pengetahuan dan sikap santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan yang dapat ditunjukkan dengan uji analisis sample *paired test* yang diperoleh dapat dilihat rata-rata skor rata-rata hasil *pretest* sebesar 1,29 menjadi 2,64 dengan jumlah kenaikan *point* 1,35. Kesimpulannya penyuluhan efektif untuk meningkatkan kemampuan siswa/siswi. Melalui kegiatan ini disarankan bahwa perlu adanya kegiatan penyuluhan dan pelatihan lanjutan yang dapat memberikan pemahaman lebih serta pendampingan yang terus harus dilaksanakan kepada seluruh santriwan/santriwati.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih atas dukungan dan bimbingan dari para Dosen STIKes Kuningan terutama kepada Prof. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO dan Dr. Dwi Nastiti Iswarawanti, M.Sc, tidak lupa kepada semua sivitas akademika Yayasan Pondok Pesantren Tahfidz Al Qolam Yatim dan Dhuafa Cirebon yang telah berkenan dijadikan tempat penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

Chandra, . dkk (2017) 'Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 4.



- Kusuma, A. N. (2019) 'Determinan Personal Hygiene Pada Anak Usia 9–12 Tahun', *Faletehan Health Journal*, 6(1), pp. 37–44. doi: 10.33746/fhj.v6i1.47.
- Malawati (2013) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa Kelas V Sekolah dasar Negeri Peunaga Kecamatan Meureubo Kabupaten aceh barat'.
- Notoatmodjo S. (2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurhajati, N. (2012) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat 1', pp. 1–18.
- Pratiwi, D. *et al.* (2021) 'Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Pencegahan Covid-19', *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 2(2), pp. 249–257.
- Ridwan, A. R., Sahrudin, S. and Ibrahim, K. (2017) 'Hubungan Pengetahuan, Personal Hygiene, Dan Kepadatan Hunian Dengan Gejala Penyakit Skabies Pada Santri Di Pondok Pesantren Darul Muklisin Kota Kendari 2017', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), pp. 1–8.
- Sulastri, K., Purna, I. N. and Suyasa, I. N. G. (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Anak Sekolah Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur Ii', *Journal of Environmental Health*, 4, pp. 99–106.
- Supriyatno, M. A. (2021) *Manajemen Kebersihan dan Kesehatan Sekolah dalam Pembelajaran Tatap Muka Terbatas*.
- Taryatman (2016) 'Membangun Generasi Muda yang Berkarakter', *Taryatman*, 3(1), p. 6.
- Triana Srisantyorini, E. (2018) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Siswa terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk Tahun 2018', *Muhammadiyah Public Health Journal*.