

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Santri Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Al-Muchtariyah Cabang Kepulauan Selayar

Abulkhair Abdullah, Mutmainnah*

Prodi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Khairun, Ternate, Indonesia

[*mutmainnah@unkhair.ac.id](mailto:mutmainnah@unkhair.ac.id)

ABSTRAK

Santri Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Al-Muchtariyah Cabang Kepulauan Selayar belum pernah mendapatkan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Di lingkungan pesantren sudah ada Poskestren (Pos Kesehatan Pesantren) tetapi belum berjalan dengan maksimal. Kegiatan PKM ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada santri betapa pentingnya menjaga kesehatan dimulai dari diri sendiri dengan menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari penentuan lokasi kegiatan, observasi lokasi kegiatan, perencanaan program, penyusunan materi, dan pelaksanaan kegiatan. Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah ceramah dan diskusi. Santri sangat antusias dan aktif selama mengikuti penyuluhan. Kegiatan penyuluhan kesehatan lainnya perlu untuk dilaksanakan secara rutin untuk meningkatkan kesadaran santri tentang pentingnya menjaga kesehatan di samping fokus dalam pendidikan.

Kata Kunci: edukasi, hidup sehat, PHBS

ABSTRACT

Santri of Babussalam Al-Muchtariyah Al-Quran Islamic Boarding School in Selayar Islands have never received education about Clean and Healthy Living Behaviour. The pesantren already has Poskestren (Pesantren Health Post) but it is not running optimally. This extension activity aims to educate students about the importance of maintaining health by implementing PHBS (Clean and Healthy Living Behaviour). The stages in implementing this activity consist of determining the location, observing the location, planning the programme, making presentations, and implementing activities. The methods used in counselling were lectures and discussions. The students were very enthusiastic and active during the counselling. Other health counselling activities need to be carried out regularly to increase santri awareness about the importance of maintaining health besides focusing on education.

Keywords: education, healthy lifestyle, PHBS

PENDAHULUAN

Pendidikan dan kesehatan adalah dua hal yang fundamental untuk mencapai tujuan pembangunan yang mendasar. Kesehatan merupakan inti dari kesejahteraan sedangkan pendidikan merupakan pokok untuk mencapai kehidupan yang baik. Tercapainya dua tujuan pembangunan tersebut dapat meningkatkan kualitas dan produktivitas seseorang di masa yang akan datang ^[1]. Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tertua di Indonesia yang membentuk kemandirian, tanggung jawab, serta membentuk pendidikan karakter yang menjadi modal dasar berkehidupan di masyarakat seutuhnya. Penanaman keimanan merupakan keunggulan utama pada pendidikan pesantren, suatu yang diinginkan oleh tujuan pendidikan nasional ^[2].

Permasalahan yang sering dialami oleh sebuah pesantren yakni masalah kesehatan. Menurut UU RI No. 17 Tahun 2023, Kesehatan adalah keadaan sehat seseorang, baik secara fisik, jiwa, maupun sosial dan bukan sekadar terbebas dari penyakit untuk memungkinkannya hidup produktif sedangkan Upaya Kesehatan adalah segala bentuk kegiatan dan/atau serangkaian kegiatan yang dilakukan secara terpadu dan berkesinambungan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif, dan/atau paliatif oleh Pemerintah Pusat, Pemerintah Daerah, dan/atau masyarakat. Perilaku kesederhanaan yang diterapkan di pondok pesantren dapat menimbulkan masalah kesehatan jika tidak diimbangi dengan pengetahuan dan penerapan hidup yang sehat. Derajat kesehatan tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan, tetapi yang lebih dominan justru adalah kondisi lingkungan dan perilaku masyarakat itu sendiri ^[3].

Faktor terpenting yang dapat menyebabkan permasalahan tersebut adalah belum optimalnya pelayanan kesehatan dasar yang diberikan kepada santri. Lingkungan pondok pesantren yang sehat bukan hanya tanggung jawab dari pengelola melainkan tanggung jawab seluruh warga pesantren termasuk santri. Upaya kesehatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan santri adalah menjaga kebersihan diri, istirahat yang cukup, pola makan yang baik, olahraga, manajemen stres, dan tidak merokok (lihat Gambar 1) ^[4]. Pada dasarnya, lingkungan dan perilaku menjadi faktor penentu yang mempengaruhi pola hidup sehat. Dalam menjaga kesehatan harus memperhatikan fisik, psikis, dan sosial ^[5].



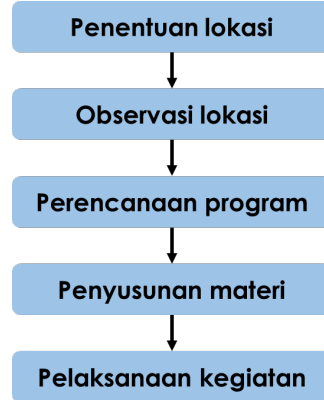
Gambar 1. Kunci keberhasilan mewujudkan santri sehat [4].

Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Al-Muchtariyah Cabang Kepulauan Selayar adalah sebuah lembaga pendidikan Islam yang terletak di jalan poros bandara H. Aroepala, Passanderang, Km. 5 Matalalang, Desa Bontobangun, Kecamatan Bontoharu, Kabupaten Kepulauan Selayar, Provinsi Sulawesi Selatan. Pesantren ini didirikan oleh K.H. Muchtar Adam (1939-2021) pada tahun 1995 M (1416 H) dan mendapat pengakuan kesetaraan dari Departemen Agama dan Diknas dengan status berbadan hukum [6].

Santri pondok pesantren perlu untuk diberikan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) guna meminimalkan angka kesakitan pada santri. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok, atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Perilaku tersebut harus dipraktikkan di mana saja, termasuk ke institusi pendidikan seperti pondok pesantren [3]. Lingkungan pondok pesantren yang bersih dapat mencegah penyebaran sumber penyakit dan meningkatkan semangat belajar para santri [7].

METODE

Kegiatan dilaksanakan secara berurutan dan sistematis seperti pada Gambar 2. Pemilihan lokasi merupakan hasil musyawarah Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM). Setelah lokasi mitra ditetapkan, Tim PKM turun observasi secara langsung untuk koordinasi dengan pengelola pondok pesantren sekaligus mendapatkan izin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian.



Gambar 2. Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian.

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan ceramah dan diskusi. Santri diedukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Materi penyuluhan terkait PHBS meliputi pola makan yang teratur, istirahat yang cukup, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta rutin berolahraga.



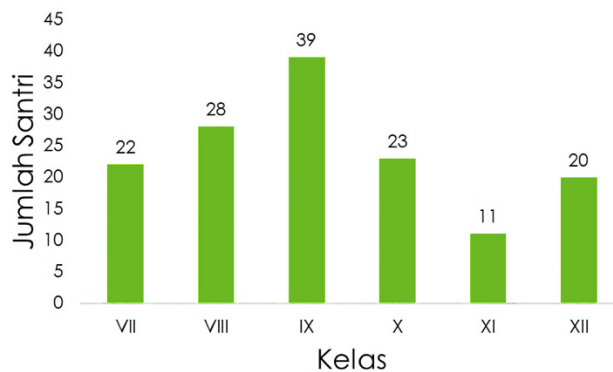
Gambar 3. Potongan materi edukasi PHBS

PEMBAHASAN

Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Al-Mughtariyah Cabang Kepulauan Selayar dijadikan lokasi pengabdian berdasarkan dari hasil musyawarah dan observasi dari tim PKM.

Berdasarkan hasil observasi, jumlah santri pada tahun 2023 sebanyak 365 orang yang terdiri dari santri TK 33 orang, santri SD 62, santri SMP 165 orang, dan santri SMA 105. Santri yang wajib pondok hanya santri SMP dan SMA saja dengan jumlah santri 270 orang.

Setelah berkoordinasi dengan pengasuh pesantren, disepakati bahwa kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Ahad, tanggal 20 Agustus 2023 yang bertempat di Masjid Jami Babussalam. Kegiatan dihadiri oleh beberapa pengasuh pesantren di antaranya, Ustaz Muhammad Ilyas, S.Pd.I., Ustaz Salahuddin, dan Ustaz Firmansyah. Berdasarkan data absensi kegiatan, santri yang ikut serta dalam kegiatan sebanyak 143 santri yang terdiri dari 89 orang santri SMP dan 54 santri SMA. Distribusi peserta berdasarkan kelas dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Distribusi peserta penyuluhan berdasarkan kelas

Kegiatan pengabdian berlangsung selama 1 jam (09.30-10.30 WITA) yang diawali dengan pembukaan dan sambutan dari perwakilan pesantren oleh Ustaz Firmansyah sekaligus membuka kegiatan secara resmi. Beliau sangat mengapresiasi terlaksananya kegiatan pengabdian ini dikarenakan santri jarang mendapatkan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kesehatan, khususnya terkait perilaku hidup bersih dan sehat.

Materi disampaikan dengan metode ceramah. Materi dipaparkan menggunakan *Microsoft PowerPoint*. Setelah materi penyuluhan disampaikan, dilanjutkan dengan diskusi (tanya jawab) dengan santri terkait materi yang disampaikan. Santri sangat antusias dilihat dari aktifnya santri bertanya kepada pemateri. Di akhir kegiatan dilakukan foto bersama dengan santri dan pengasuh pesantren.



Gambar 5. Dokumentasi kegiatan penyuluhan

KESIMPULAN

Santri sangat antusias mengikuti penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Metode ceramah dan diskusi dalam penyampaian materi berjalan baik dan efektif. Kegiatan yang serupa perlu dilakukan secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

1. Putri, Y. A. K. D., & Kusreni, S. (2017). Analisis Pengaruh Tingkat Kesehatan, Tingkat Pendidikan, dan Upah terhadap Produktivitas Tenaga Kerja di Indonesia. *Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Pembangunan*, 17(2), 67–77.
2. Karimah, U. (2018). Pondok Pesantren dan Pendidikan Relevansinya dalam Tujuan Pendidikan. *Misykat*, 3(1), 137–154.
3. Hartono, B., Pramudho, K., Rauf, R., Setiaji, B., Gempari, R., Zuraida, & Ismoyowati. (2011). *Pedoman Pembinaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Nadliroh, K. A., Susanti, N., Gaffar, H. D., & Indrawan, D. (2021). *Pesantren Sehat, Mewujudkan Pesantren dan Generasi Santri Sehat (Pertama)*. UIN Maliki Press.
5. Qorihah, R., Susanti, Haliza, I. N., & Hidayatullah, A. F. (2020). Pola Perilaku Hidup Sehat terhadap Kesejahteraan Santri Ma'had UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Kesehatan*

Masyarakat, 6(1), 13–22.

6. Saharuddin. (2018). *Aktualisasi Budaya Organisasi pada Pondok Pesantren Alquran Babussalam Al-Muchtariyah Selayar dalam Perspektif Pendidikan Islam*. UIN Alauddin Makassar.
7. Azizah, N., Rohmah, J., Mushlih, M., & Kusumawardani, P. A. (2020). PHBS Santri dan Aplikasi Poskestren Pondok Pesantren Al-Hamdaniyah Buduran Siwalan Panji Sidoarjo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dalam Kesehatan, 2(1), 22–25*. <https://doi.org/10.20473/jpmk.v2i1.19583>
8. Kemsetneg RI. (2023). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan*.