

PENINGKATAN PENGETAHUAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT ANAK SEKOLAH MELALU EDUKASI KESEHATAN DI PONDOK PESANTREN

Anna Nur Hikmawati*, Muskhah Eko Riyadi, Suib, RR.Viantika Kusumasari, Fitri Dian Kurniati

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta, Jalan Ringroad Selatan Blado Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta, 55196, Indonesia

*Korespondensi, e-mail: annahikmawati24@gmail.com, HP 081392722780

ABSTRAK

Perilaku 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 tangga. Untuk mencapai tujuan itu, pemerintah telah mengkampanyekan program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui institusi kesehatan daerah dengan berbagai cara promosi keseluruh elemen masyarakat termasuk lembaga pendidikan seperti sekolah, perguruan tinggi, dan pesantren. Pengabmas ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan metode ceramah, yaitu penyampaian materi menggunakan media power point dan video sekaligus praktik langsung, serta metode diskusi, yaitu penyampaian pendapat peserta mengenai materi yang sudah diberikan. Peserta adalah santriwati Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul sebanyak 87 santriwati. Untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan maka dilakukan pretest dan posttest menggunakan kuesioner. Hasil pengabmas menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan sebelum edukasi yaitu 58 (kurang) dan nilai rata-rata setelah edukasi yaitu 88 (baik). Pendidikan kesehatan pada kegiatan pengabmas di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul mampu meningkatkan pengetahuan santriwati tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Kata Kunci: Anak Sekolah; Edukasi; Kesehatan; PHBS; Santriwati

ABSTRACT

Clean and healthy living behaviour is something that must be implemented in everyday life by the community. Healthy conditions can be achieved by changing unhealthy behaviours to healthy behaviours and creating a healthy environment in the household. To achieve this goal, the government has campaigned for a clean and healthy living behaviour (PHBS) programme through regional health institutions with various promotional methods for all elements of society, including educational institutions such as schools, universities, and Islamic boarding schools. This community service programme aims to increase knowledge of clean and healthy living behaviours among school children at the MBS Pleret Bantul Islamic Boarding School. The method used is to provide interventions in the form of health education about Clean and Healthy Living Behaviour (PHBS) with the lecture method, namely the delivery of material using Power Point and video media as well as direct practice, and the discussion method, namely the delivery of participants' opinions regarding the material that has been given. The program involved 87 female students from the MBS Pleret Bantul Islamic Boarding School as participants. To determine differences in knowledge levels, a pretest and posttest were conducted using a questionnaire. The results of the community service programme showed an average knowledge score before

education of 58 (poor) and an average score after education of 88 (good). Health education in community service activities at the MBS Pleret Bantul Islamic Boarding School was able to increase the knowledge of female students about clean and healthy living behaviour.

Keywords: Education; Female Student; Health; PHBS; School Children

PENDAHULUAN

Kebijakan Indonesia sehat 2025 menetapkan tiga pilar utama yaitu lingkungan sehat, perilaku sehat dan pelayanan kesehatan bermutu adil dan merata. Kebijakan nasional promosi kesehatan untuk mendukung upaya peningkatan perilaku sehat menetapkan visi nasional promosi kesehatan. Untuk mencapai tujuan itu, pemerintah telah mengkampanyekan program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui institusi kesehatan daerah dengan berbagai cara promosi keseluruhan elemen masyarakat termasuk lembaga pendidikan seperti sekolah, perguruan tinggi, dan pesantren (Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), 2011). Berdasarkan Peraturan Menteri kesehatan RI No. 2269/ Menkes/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan PHBS, PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tatanan pesantren merupakan perpaduan dari tatanan institusi pendidikan dan tatanan rumah tangga yang bertujuan untuk membudayakan PHBS bagi santri, pendidik, dan pengelola pesantren agar mampu mengenali dan mengatasi masalah-masalah kesehatan di lingkungan pesantren dan sekitarnya (Selfia dkk., 2021).

PHBS di Pesantren dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan masyarakat pesantren secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Penerapan PHBS bagi masyarakat pesantren juga sesuai dengan amanat dari Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Pasal 11) yang menegaskan bahwa setiap orang berkewajiban berperilaku hidup sehat untuk mewujudkan, mempertahankan, dan memajukan kesehatan yang setinggi-tingginya (Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), 2011). Secara umum ada 15 indikator PHBS di pesantren yang ditetapkan, yaitu: mengonsumsi gizi seimbang, tidak merokok, menggunakan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, menjaga kebersihan asrama dan ruang belajar, olahraga atau melakukan

aktifitas fisik secara teratur, tidak mengonsumsi NAPZA, menjaga kebersihan tempat wudhu, penggunaan garam beryodium, menimbang BB dan TB setiap enam bulan, menjaga kebersihan diri, memelihara kesehatan reproduksi, dan tidak meludah disembarang tempat (Khafid dkk., 2019).

Peserta didik di pondok pesantren memiliki tingkat kerentanan yang berbeda dengan peserta didik di institusi pendidikan formal. Hal ini karena dalam manajemen pondok pesantren, peserta didik tinggal dalam satu lingkungan yang sama. Dalam kata lain, sanitasi dan sarana prasarana yang diperoleh peserta didik dalam satu pesantren adalah sama. Berdasarkan observasi, diskusi, dan analisis masalah di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul DI Yogyakarta, masih kurang mengetahui mengenai PHBS. Selain itu, santriwati juga menyebutkan minimnya edukasi dari petugas klinik pondok pesantren dan juga masih banyaknya sampah yang berserakan di asrama dan lorong kelas. Dari hasil observasi, terdapat pakaian santriwati yang tergantung dan juga terdapat kebiasaan santriwati yang tidak segera mencuci pakaian sehingga menumpuk. Tidak terdapat pemilahan sampah baik di sekolah maupun di asrama. Berdasarkan data SMD perilaku sehat didapatkan bahwa sebanyak 12 santriwati jarang menggosok gigi sebelum tidur, makan sayur dan buah setiap hari, jika sedang batuk biasanya tidak menggunakan masker serta jarang membuka jendela kamar setiap pagi. Sebanyak 7 santriwati menjawab jarang mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan. Masih banyak yang jarang melakukan olahraga minimal 1 kali dalam seminggu. Memanjangkan kuku dan masih ada santriwati yang tidak membuang sampah pada tempatnya. Sebanyak 11 santriwati memilih tidak meminjam sikat gigi temannya, keramas minimal 2 hari sekali, dan selesai mandi langsung menjemur handuk.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2025 di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul DI Yogyakarta. Pada tahap awal dilakukan perijinan terlebih dahulu di Puskesmas Pleret dan Pondok Pesantren yang mana masih dalam wilayah Kerja Puskesmas Pleret. Adapun sasaran kegiatan pengabdian ini adalah santriwati di Pondok Pesantren MBS Pleret, Bantul kelas 11 dan 12 yang berjumlah 87 orang. Untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) maka dilakukan *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner. Kegiatan

pengabmas yang dilakukan oleh tim pengabmas Program Studi Pendidikan Profesi Ners melalui 3 tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan akhir.

Pada tahap persiapan, tim pengabdi melakukan pengkajian tingkat pengetahuan santriwati tentang PHBS. Setelah mendapatkan data, kemudian menyiapkan materi, yaitu dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan media *Power Point* (PPT) dan media video, kuesioner tingkat pengetahuan tentang PHBS menggunakan lembar kuesioner, presensi kehadiran menggunakan lembar presensi. Materi pengabdian masyarakat meliputi definisi PHBS, tujuan PHBS, penerapan PHBS dan manfaat PHBS. Tahap pelaksanaan, diawali dengan pretest. Tim membagikan lembar kuesioner kepada peserta. Waktu yang diberikan yaitu 10 menit. Kemudian pengabdi menyampaikan materi tentang PHBS secara langsung. Penyampaian materi diberikan dengan ceramah pada kelompok besar dalam satu kali pertemuan dengan durasi 45 menit. Media yang digunakan adalah *Power Point* dan media video. Setelah penyampaian materi selesai, dilakukan sesi diskusi dan dilanjutkan dengan post-test. Pada tahap akhir, peserta diberi *feedback* oleh tim pengabdi. Bersama-sama menyusun RTL (Rencana Tindak Lanjut), dan mengingatkan peserta untuk mengisi presensi kehadiran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diuraikan sebagai berikut

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	87	100
Usia		
15-16	41	47,2
17-18	46	52,8
Total	87	100

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa karakteristik peserta pengabdian semuanya berjenis kelamin perempuan, yaitu 87 orang (100%), dan paling banyak berusia antara 17-18 tahun, yaitu 46 orang (52,8%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi

Jumlah peserta	mean	sd	min-maks
87	58	14.18	20 - 80

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa nilai rata-rata pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang PHBS pada santriwati di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul adalah 58 (kurang).

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Setelah Diberikan Edukasi

Jumlah peserta	mean	sd	min-maks
87	88	17.42	40 - 100

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa nilai rata-rata pengetahuan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang PHBS pada santriwati di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul adalah 88 (baik).

Kegiatan edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diikuti oleh 87 santriwati. Materi disampaikan menggunakan metode ceramah dengan media presentasi PowerPoint dan video edukasi. Selama pelaksanaan kegiatan, terdapat kendala berupa hujan serta penggunaan ruang terbuka yang menyebabkan konsentrasi peserta sempat terganggu. Meskipun demikian, kegiatan tetap berlangsung hingga selesai, dan seluruh peserta dapat mengikuti rangkaian pretest maupun posttest.

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, santriwati menunjukkan antusiasme yang tinggi, yang ditandai dengan keaktifan peserta dalam sesi tanya jawab. Hasil evaluasi juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang PHBS, yang terlihat dari meningkatnya nilai rata-rata posttest dibandingkan dengan pretest. Temuan ini mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman santriwati mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi PHBS

Hasil kegiatan pengabdian ini sejalan dengan Puteri & Yuristin, (2021) yang juga menemukan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) meningkatkan pengetahuan siswa Sekolah Dasar. Kesamaan hasil tersebut

menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pemahaman peserta pada kelompok usia remaja maupun anak sekolah.(Puteri & Yuristin, 2021). Selaras juga dengan kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh Muhani, (2022) tentang Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura, kegiatan ini dilakukan melalui sosialisasi bagi siswa/siswi khususnya untuk meningkatkan kesadaran seberapa pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekitar. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan angka pemahaman dan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Muhani, 2022).

Penyampaian materi edukasi menggunakan media *Power Point* yang sistematis serta pemutaran video edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terbukti menarik perhatian peserta dan memudahkan pemahaman, karena media audiovisual dapat meningkatkan daya serap informasi karena bisa menggabungkan elemen visual, audio dan praktik (Swastika dkk., 2024). Refleksi akhir menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasakan kegiatan, serta menyatakan motivasi untuk mempraktikkan PHBS. Hasil evaluasi menggunakan kuesioner tentang PHBS pada kegiatan pengabdian di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan santriwati tentang PHBS dari nilai pengetahuan rata-rata 58 (kurang) menjadi 88 (baik).



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

Kami menyarankan kepada santriwati supaya mampu meningkatkan dan mempertahankan pengetahuan tentang PHBS sehingga bisa mengimplementasikannya dalam bentuk perilaku keseharian yang sehat dan bersih di lingkungan pondok pesantren.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi tentang PHBS pada 87 santriwati di Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul berjalan dengan baik dan mendapat partisipasi aktif dari seluruh peserta. Hasil pretest menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan santriwati dalam kategori kurang, dan setelah mendapatkan edukasi, didapatkan nilai rata-rata pengetahuan dengan kategori baik.

REKOMENDASI

Pondok pesantren diharapkan dapat melanjutkan edukasi PHBS secara berkelanjutan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran santri dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Puskesmas Pleret dan Pimpinan Pondok Pesantren MBS Pleret Bantul yang telah memberi izin dan dukungan terhadap kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Khafid, M., Ainiyah, N., & Maimunah, S. (2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pondok Pesantren Nurul Huda Surabaya. *The Indonesian Journal of Health Science*, 11(2), 177–181.
- Muhani, N. (2022). PENYULUHAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TATANAN SEKOLAH DI SDN 01 LANGKAPURA. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*.
- Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (2011).
- Puteri, A. D., & Yuristin, D. (2021). PENYULUHAN KESEHATAN MENGENAI PERILAKU HIIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK USIA SEKOLAH DI DESA BINUANG KECAMATAN BANGKINANG. *COVIT (Community Service of Tambusai)*, 1(1), 1–5.
- Selfia, Y., Hidayati, N., Hajar, N., & Megawati, E. (2021). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Khatulistiwa*, 4(2), 75–79.
- Swastika, K. P., Herliana, I., & Yuliza, E. (2024). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Dan Kemampuan Remaja Putri Dalam Melakukan SADARI Di SMP Taruna Mandiri Tangerang Selatan 2023. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(2), 215–231.