

GAMBARAN PHBS PADA SANTRI DI SALAH SATU PONDOK PESANTREN DI SURABAYA

Dimas Syafi Aldi *¹
Ahmad Ashlih Sya'ni ²
Abdul Hakim Zakkiy Fasya ³

^{1,2,3} Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

*e-mail: dimassyafaldi458@gmail.com¹, ahmadsyifani2018@gmail.com², abdul.hakim@unusa.ac.id³

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu cara untuk mencapai kesehatan yang baik. Selama ini pemberdayaan kesehatan di lingkungan pesantren belum terlaksana secara merata, akibatnya masih terdapat permasalahan kesehatan yang diakibatkan oleh kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran PHBS di Pondok Pesantren. Dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan berdasarkan hasil observasi secara langsung terhadap pengurus dan santri di Al-Jihad Surabaya. Riset ini menggunakan pendekatan deskriptif untuk melihat tingkat keberhasilan santri pondok pesantren Al-Jihad dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar responden sudah mengetahui dan bisa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Namun ada sebagian kecil yang belum sepenuhnya diperhatikan oleh santri dalam menjalankan hidup bersih dan sehat, seperti makan sayur dan buah, serta menggantungkan baju sembarangan. Para santri sudah menerapkan PHBS dengan baik, tetapi hendaknya tetap meningkatkan dengan melakukan pemberdayaan kesehatan dilingkungan Pondok Pesantren.

Kata kunci: Kesehatan, PHBS, Pondok Pesantren

Abstract

Clean and healthy living behavior (PHBS) is one way to achieve good health. So far, health empowerment in the Islamic boarding school environment has not been implemented evenly, as a result there are still health problems caused by a lack of clean and healthy living behavior. The aim of this research is to find out the description of PHBS in Islamic boarding schools. This research uses a quantitative descriptive method based on the results of direct observations of administrators and students at Al-Jihad Surabaya. This research uses a descriptive approach to see the level of success of Al-Jihad Islamic boarding school students in implementing clean and healthy living behavior. The results of this research showed that the majority of respondents already knew and could implement clean and healthy living behavior. However, there are a small number of things that students have not fully paid attention to in living a clean and healthy life, such as eating vegetables and fruit, and hanging clothes carelessly. The students have implemented PHBS well, but they should continue to improve by empowering health in the Islamic boarding school environment.

Keywords: Health, PHBS, Islamic Boarding School

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu cara untuk mencapai kesehatan yang baik. Keberhasilan pembangunan kesehatan ditentukan oleh kesinambungan antara upaya program dan sektor, serta kesinambungan dengan upaya yang telah dilaksanakan pada periode sebelumnya (Safari, 2021). Pesantren merupakan lembaga pendidikan sosial keagamaan Islam tradisional yang berfungsi untuk mendidik dan mendidik para santri (penghuni pesantren) agar menjadi manusia sejati yang berakhlak mulia (Wardana, 2021). Pondok pesantren merupakan salah satu elemen penting dalam masyarakat, banyak santri di lingkungan pondok pesantren yang bermukim dan tinggal di dalamnya, hal ini juga berdampak pada permasalahan kesehatan yang terjadi di lingkungan pondok pesantren. PHBS tentunya sangat penting dalam kehidupan santri di pesantren.

Pondok pesantren merupakan lembaga yang memfasilitasi santri untuk menerima pelajaran agama Islam sekaligus sebagai tempat berkumpul dan bertempat tinggal. Citra

yang berkembang di masyarakat adalah pesantren kumuh, kondisi lingkungan tidak sehat, dan pola hidup para santri baik laki-laki maupun perempuan seringkali kotor, kumuh dan sama sekali tidak mendukung hidup bersih dan sehat (Rosdiana et al., 2021)

Selama ini pemberdayaan kesehatan di lingkungan pesantren belum terlaksana secara merata, akibatnya masih terdapat permasalahan kesehatan yang diakibatkan oleh kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat (Khafid et al., 2019). Pencapaian perilaku hidup bersih dan sehat masih belum optimal, sehingga keterlibatan masyarakat khususnya Santri sangat penting untuk berbagi pembelajaran dan meningkatkan kesehatan. Sebab bagaimana pun PHBS merupakan faktor utama yang menentukan derajat kesehatan baik di lingkungan (masyarakat) luas maupun di lingkungan yang dibatasi, salah satunya adalah pesantren. (Kemenkes RI, 2021).

Pondok pesantren Al Jihad Surabaya menjadi tempat yang peneliti ambil datanya untuk mengetahui bagaimana gambaran PHBS di pondok pesantren. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan pengurus serta sebagian santri ditemukan bahwa penyakit yang sering terjadi di pondok pesantren al jihad adalah batuk pilek, skabies dan penyakit pencernaan semacam asam lambung atau diare, menurut mereka hal tersebut terjadi karena para santri kerap mengabaikan ilmu kesehatan yang mereka peroleh dari petugas kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran PHBS di salah satu pondok pesantren di Surabaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan mendeskripsikan, meneliti, dan menjelaskan sesuatu yang dipelajari apa adanya, dan menarik kesimpulan dari fenomena yang dapat diamati dengan menggunakan angka-angka (Listiani, 2017). Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis dan hanya menggambarkan isi suatu variabel (Marlina E, 2020). Dengan hal itu, bisa diketahui bahwa penelitian ini dilakukan dengan menggunakan data (angka) untuk menggambarkan, mengkaji, dan menjelaskan suatu fenomena tanpa bermaksud menguji suatu hipotesis tertentu. Penelitian ini dilakukan di pondok pesantren Al Jihad Surabaya pada bulan Desember 2022, dengan jumlah populasi santri Al Jihad 508. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan total responden sebanyak 88 santri, yang semuanya dari kalangan mahasiswa dan menggunakan instrumen kuisioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin		
	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	44	50,00%
Perempuan	44	50,00%
Total	88	100,00%

Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada pondok Pesantren Al-Jihad Surabaya telah terlaksana dengan baik. PHBS yang telaksana dengan baik pada pondok pesantren dapat meningkatkan kualitas kesehatan bagi santri maupun pengurus pondok Pesantren. Karakteristik reponden terdiri Santri sebanyak 67 responden dan pengurus pondok pesantren sebanyak 21 responden. Responden dengan jenis kelamin laki-laki

sebanyak 44 responden dan jenis kelamin perempuan sebanyak 44 responden. Hasil penelitian pada beberapa variabel menunjukkan hasil dibawah ini.

Tabel 2. Lingkungan Bersih

Apakah lingkungan sekitar Anda bersih atau tidak terdapat sampah berserakan?		
	Jumlah	Presentase
Tidak	11	12,50%
Ya	77	87,50%
Total	88	100,00%

Setelah diteliti lagi sebanyak 77 (87,50%) responden juga rutin membersihkan lingkungan sekitar dan sisanya sebanyak 11 (12,50%) responden tidak rutin membersihkan lingkungan sekitar. Bersihnya lingkungan juga dapat menghindari beberapa sumber penyakit. Budaya bersih menjadi cerminan sikap dan perilaku masyarakat dalam menjaga dan memelihara kebersihan lingkungan dalam sehari-hari. Lingkungan yang bersih juga menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan status kesehatan di pondok pesantren. Lingkungan yang baik adalah lingkungan yang memiliki keadaan bersih dan tidak lembab. Sebagian besar responden yang memiliki kebiasaan menjaga kebersihan lingkungan sekitar dalam kategori baik, karena adanya kesadaran pada tiap individu. Hal tersebut juga ditunjang dengan kegiatan rutin membersihkan lingkungan pondok pesantren yang dilaksanakan bersama-sama.

Tabel 3. Tidak Membuang Sampah Sembarangan

Apakah Anda tidak membuang sampah sembarangan?		
	Jumlah	Presentase
Tidak	10	11,36%
Ya	78	88,64%
Total	88	100,00%

Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 78 (88,64%) responden tidak membuang sampah sembarangan dan sebanyak 10 (11,36%) responden masih sering membuang sampah sembarangan. Sampah yang berserakan dapat menimbulkan berbagai penyakit terutama penyakit kulit. Sebagian besar responden sadar akan pentingnya membuang sampah pada tempatnya, tetapi sayangnya masih ada beberapa responden yang masih membuang sampah sembarangan.

Tabel 4. Tidak Merokok

Apakah Anda tidak merokok?		
	Jumlah	Presentase
Tidak	26	29,55%
Ya	62	70,45%
Total	88	100,00%

Berdasarkan hasil penelitian menyebutkan bahwa sebanyak 60 (68,18%) responden tidak merokok dan sisanya merokok. Akibat dari kebiasaan merokok dapat merusak organ tubuh. Asap rokok yang masuk kedalam paru-paru dapat membuat paru-paru

mengalami radang dan menimbulkan penyakit seperti pneumonia. Merokok juga dapat merugikan orang lain. Sebagian besar responden sadar akan bahaya dari kebiasaan merokok. Hal tersebut juga didukung banyaknya mahasiswa atau tenaga pendidik melakukan promosi kesehatan terkait bahaya rokok.

Tabel 5. Kebiasaan Menggantungkan Pakaian
Apakah Anda tidak menggantung pakaian?

	Jumlah	Presentase
Tidak	66	75,00%
Ya	22	25,00%
Total	88	100,00%

Sementara yang kurang dalam PHBS para santri di pondok pesantren Al Jihad adalah dalam hal menggantung pakaian, sebesar 66 (75%) responden masih menggantung pakaian. Menurut sebagian responden mereka menggantung pakaian dikarenakan malas memasukkan ke dalam lemari dan beberapa dari mereka kekurangan tempat atau lemari pakaian. Dampak yang bisa ditimbulkan dari banyaknya santri yang menggantung pakaian adalah sebagai bersarangnya nyamuk terutama nyamuk *Aedes Aegypti* yang bisa mengakibatkan demam berdarah.

Tabel 6. Asupan Sayur dan Buah

Apakah anda makan sayur dan buah secara rutin setiap hari?		
	Jumlah	Presentase
Tidak	56	63,64%
Ya	32	36,36%
Total	88	100,00%

Hasil penelitian juga menyebutkan bahwa sebanyak 56 (63,64%) responden tidak rutin mengonsumsi buah dan sebanyak 51 (57,95%) tidak rutin mengonsumsi air mineral 2 liter. Buah, sayur, dan air mineral dapat memenuhi asupan kebutuhan vitamin dan mineral yang dibutuhkan tubuh yang optimal dan sehat. Kurangnya mengonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan gangguan pencernaan seperti diare, sembelit, atau wasir. Sedangkan akibat dalam kurangnya mengonsumsi air mineral adalah menurunnya volume darah atau biasa disebut dengan dehidrasi. Sebagian besar responden memiliki asupan sayur dan buah yang kurang, hal ini terjadi akibat sebagian responden kurang menyukai asupan sayur sedangkan kurangnya asupan buah karena harga buah yang dirasa para santri mahal dipasaran.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian besar santri di pondok pesantren Al Jihad sudah mengetahui dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Namun ada beberapa perilaku yang belum bisa diterapkan sepenuhnya oleh para santri seperti makan dan minum dengan teratur serta memenuhi gizi dengan seimbang. Dari penelitian ini diharapkan para santri di seluruh pondok pesantren dapat menerapkan PHBS lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2021). *Pelaksanaan PHBS di Pesantren*. Kemenkes. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pelaksanaan-phbs-di-pesantren>
- 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. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v11i2.2960>
- Listiani, N. M. (2017). Pengaruh Kreativitas Dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Produktif Pemasaran Pada Siswa Kelas Xi Smk Negeri 2 Tuban. *Jurnal Ekonomi Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 2(2), 263. <https://doi.org/10.26740/jepk.v2n2.p263-275>
- Marlina E. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Blended Learning Berbantuan Aplikasi Sevima Edlink. *Jurnal Padagogik*, 3(2), 104–110.
- Rosdiana, N., Rochmani, S., & Septimar, Z. M. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Pencegahan Penyakit Pedikulosis Kapitis Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Modern Daarul Muttaqien 1 Cadas Sepatan Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 1(3), 10–19.
- Safari, F. R. N. (2021). PEMERIKSAAN KEHAMILAN GRATIS DAN PEMERIKSAAN KOLESTEROL, KGD, TEKanan DARAH DI DUSUN PEMBANGUNAN DESA BAKIUNG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(3), 153–156.
- Wardana, B. (2021). *Peran Pondok Pesantren Dalam Pembentukan Akhlak Terpuji Santri Di Pondok Pesantren Darul Ma'Rifah Kabupaten Kotawaringin Timur*. 6.