



PROGRAM PROMOSI KESEHATAN UNTUK MEWUJUDKAN INDIKATOR PHBS PADA TATANAN PENDIDIKAN DI PONDOK PESANTREN AN-NAHDLAH MAKASSAR

Oleh

Andi Asrina¹, Yusriani², Harismawati Bahtiar³, Muh. Alif Reski⁴, Andi Dindha Batari Ramadhani⁵, Dwi Islami Amir Ruma⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Muslim Indonesia

E-mail: ¹andi.asrina@umi.ac.id, ²yusriani.yusriani@umi.ac.id,

³harismawatibahtiar@gmail.com, ⁴reskialig1999@gmail.com, ⁵dindhabr@gmail.com,

⁶amirrumaedwi@gmail.com

Article History:

Received: 05-07-2022

Revised: 15-07-2022

Accepted: 22-08-2022

Keywords:

Early Detection, Growth
Mats, Stunting

Abstract: 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. Berdasarkan observasi di pesantren masih banyaknya sampah yang berserakan di asrama dan lorong kelas, dan adapun keterangan yang didapatkan dari Pembina dan santriwati pondok pesantren An-Nahdlah Makassar, pemberian edukasi terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) belum pernah diadakan di pondok pesantren tersebut. Serta masih minimnya pengetahuan santriwati mengenai praktik kebersihan menstruasi. **Tujuan** yang ingin dicapai adalah mengembangkan perilaku hidup bersih dan sehat dikalangan pendidikan khususnya dipesantren serta mencegah terjadinya penularan penyakit dipesantren. **Metode** yang digunakan dalam pencapaian tujuan ini adalah metode edukasi dengan konsep ceramah serta penempelan poster. **Evaluasi** dari kegiatan ini adalah bentuk pengukuran berupa hasil dari kuesioner pre test dan post test. **Hasil evaluasi** yang diperoleh pada saat sebelum dan setelah kegiatan melalui pengukuran kuesioner pre test dan post test peserta, hasil pre test dan post test membuktikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan wawasan peserta yang terlibat dalam kegiatan promosi kesehatan. **Output** yang diperoleh yaitu, adanya peningkatan pengetahuan, serta menerapkan indikator-indikator PHBS baik dalam lingkup pesantren maupun dirumah.



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 (Kemenkes, 2015). 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. (Selfiya dkk). 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 (Kemenkes, 2021).

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. Peserta didik di pondok pesantren memiliki tingkat kerentanan yang berbeda dengan peserta didik di institusi pendidikan formal. Hal ini karena 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 An Nahdlah Makassar, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa di Pondok Pesantren An Nahdlah Makassar belum pernah mendapatkan edukasi mengenai PHBS pesantren serta santriwati masih kurang mengetahui mengenai kebersihan menstruasi. Selain itu, santriwati juga menyebutkan minimnya edukasi dari petugas klinik pondok pesantren dan juga masih banyaknya sampah yang berserakan di asrama dan lorong kelas.

METODE

Pendidikan yang dilakukan di Pondok Pesantren An Nahdlah Makassar menggunakan metode ceramah dengan pemberian edukasi kepada santriwati Pondok Pesantren serta



melakukan pemasangan poster terkait sampah dan kebersihan menstruasi di tempat-tempat yang mudah terlihat oleh para santriwati. Selain itu, juga dilakukan uji pre-post test kepada santriwati untuk mengukur sejauh mana pengetahuan atau pemahaman para santriwati mengenai sampah dan klasifikasinya serta kebersihan menstruasi.

Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan bertujuan meningkatkan pengetahuan, dan hasrat, serta motivasi santriwati dalam memperhatikan kebersihan lingkungan, kebersihan diri, hingga kebersihan dan kesehatan reproduksinya. Pemasangan poster di tempat-tempat yang mudah dilihat diharapkan para santriwati bisa membedakan atau mengklasifikasikan sampah-sampah dan menerapkan perilaku membuang sampah pada tempatnya, serta diharapkan pula para santriwati bisa memelihara kebersihan dan kesehatan reproduksinya dengan menerapkan hal-hal apa saja yang harus dilakukan saat menstruasi tanpa mengikuti mitos-mitos saat menstruasi. Adapun bentuk poster yang digunakan dalam pemberian edukasi kepada para adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Poster Klasifikasi Sampah



Gambar 2. Poster Kebersihan Menstruasi



HASIL

Kegiatan pengabdian yang dilakukan di Pondok Pesantren An Nahdlah Makassar, santriwati menjadi target sasaran kegiatan yang dilakukan. Distribusi jumlah santriwati yang menjadi sasaran dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi jumlah (n) santriwati

Keterangan			Jumlah	
			n	%
Peserta Didik	MTs	Santriwati	30	100
	Asrama	Tinggal	17	57
		Tidak Tinggal	13	43
Usia Menarche	Santriwati	10-13 thn	20	67
		14-15 thn	10	33

Berdasarkan Tabel 1, peserta pada kegiatan pengabdian ini adalah santriwati, Santriwati yang menjadi peserta didik terdiri atas 30 orang dengan santriwati yang tinggal di asrama 17 (57%) orang dan yang tidak tinggal 13 (43%) orang, sedangkan usia *menarche* diantara santriwati yang menjadi peserta pada kegiatan ini memiliki rentang usia berkisar 10-13 thn sebanyak 20 (67%) orang dan 14-15 thn sebanyak 10 (33%) orang. Hasil *pre* dan *post test* terkait pengetahuan santriwati mengenai pemilahan sampah dan kebersihan menstruasi dapat dilihat pada Tabel 2 dan Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Peserta terkait Pemilahan Sampah

No.	Pertanyaan	Skor			
		Pre Test		Post Test	
		n	%	n	%
1	Sampah adalah bahan atau benda padat yang sudah tidak dipakai lagi oleh manusia, atau benda padat yang sudah tidak digunakan dalam suatu kegiatan manusia dan dibuang.	19	63	30	100
2	Berdasarkan tipenya sampah dibedakan menjadi sampah organik dan non organik	17	57	28	93
3	Suatu upaya mengurangi timbulan sampah dengan minimalisasi barang dan material yang digunakan adalah <i>reduce</i>	13	43	29	97
4	Upaya memanfaatkan kembali barang-barang yang sudah tidak terpakai lagi dengan jalan meneliti kembali barang sebelum dibuang adalah <i>reuse</i>	19	63	27	90
5	Upaya sebisa mungkin mendaur ulang barang yang sudah tidak berguna lagi adalah <i>recycle</i>	18	60	30	100

Berdasarkan Tabel 2, pengetahuan peserta terkait pemilahan sampah setelah dilakukan pre dan post test secara umum didapatkan terjadi peningkatan, peningkatan terbesar terjadi pada pernyataan 5, dimana skor pre test didapatkan sebesar 60% menjadi



100% pada post test, sedangkan peningkatan terkecil didapatkan pada pernyataan 4, dimana skor pre test yang didapatkan sebesar 63% sedangkan post test hanya 90%.

Berdasarkan Tabel 3, pengetahuan peserta terkait menstruasi secara umum dari 9 pernyataan yang ada ditemukan terjadi peningkatan pengetahuan dari pre test dan post test. Peningkatan pengetahuan tertinggi adalah pernyataan 3, dengan skor pre test 43% sedangkan post tes didapatkan sebesar 100%, sedangkan peningkatan pengetahuan terendah didapatkan dari pernyataan 5 dengan skor pre test 60% dan skor post test sebesar 93%.

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Peserta terkait Kebersihan Menstruasi

No.	Pertanyaan	Skor			
		Pre Test		Post Test	
		n	%	n	%
1	Menstruasi adalah keluarnya darah dari alat kelamin pada wanita yang sehat secara teratur	17	57	30	100
2	Hormon adalah penyebab terjadinya menstruasi	16	53	27	90
3	Darah menstruasi mengalir keluar melalui lubang vagina	13	43	30	100
4	Cara membersihkan organ kewanitaan yang benar adalah dengan air mengalir dan dibasuh dari depan ke belakang	17	57	29	97
5	Hal yang dapat terjadi ketika tidak mengganti pembalut pada saat menstruasi adalah memudahkan bakteri berkembang biak di vagina.	18	60	28	93
6	Area kewanitaan yang lembab dapat menyebabkan pertumbuhan bakteri dan jamur	19	63	30	100
7	2 kali sehari adalah waktu minimal mandi saat menstruasi	17	57	30	100
8	Dalam sehari dapat dilakukan setiap 4 jam sekali untuk mengganti pembalut	18	60	30	100
9	2 kali dalam sehari atau lebih sesering mungkin sebaiknya area kewanitaan dibersihkan saat menstruasi.	16	53	30	100

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa PHBS yang dilakukan pada pondok pesantren An-Nahdliyah yang mengacu pada indikator PHBS pesantren tentang pemilahan sampah terjadi peningkatan sebesar 60% menjadi 100%, sedangkan pengetahuan peserta terkait indikator PHBS pesantren kebersihan reproduksi/menstruasi terjadi peningkatan dari 43% menjadi 100%. Selain itu, untuk partisipasi peserta pada kali ini adalah santriwati sebanyak 30 orang dengan rerata usia *menarch* 10-15 tahun. Menurut Sarah, Usia *menarch* adalah usia pertama kali wanita mengalami menstruasi dengan rerata wanita mengalami setelah memasuki masa pubertas. Menurut Liza, Edukasi terhadap santriwati/perempuan terkait kebersihan reproduksi menjadi penting dilakukan berhubung insidensi terjadinya infeksi ketika vagina tidak dibersihkan adalah 87.000 per 100.000 dengan angka kematian kira-kira 27.000/100.000. (Sarah, 2013; Liza, 2019)

Indikator PHBS pesantren yang dilakukan sebagai upaya pemberian solusi dari



permasalahn yang ada di Pondok Pesantren An-Nahdlah adalah pemberian tempat sampah dengan sistem pemilahan sampah organik dan non organik, hal ini juga sejalan dengan beberapa literatur bahwa pemilahan sampah adalah wujud dari system kehidupan tiap individu untuk menjadi lebih baik agar terhindar dari masalah kesehatan. (Reno. J, 2015;Wilson, DC 2007; Alam,P 2013) Menurut Manyullei, S (2022) dan Bisinella, V 2017 dalam jurnalnya dijelaskan bahwa salah satu solusi pengelolaan sampah adalah dengan melakukan pemilahan sampah, karena jika pembuangan dan pemilahan yang tidak tepat dapat menyebabkan semua jenis pencemaran seperti air, tanah dan udara. Salah satu dampak yang ditimbulkan adalah saluran air tersumbat, menciptakan genangan air sehingga mengakibatkan perkembangbiakan nyamuk dan banjir. Selain itu, jika pembakaran sampah yang tidak terkendali juga dapat berkontribusi secara signifikan terhadap polusi udara, dilain hal efek rumah kaca juga dihasilkan dari dekomposisi sampah organik di tempat pembuangan akhir, selain dampak yang telah disebutkan sebelumnya, dampak lain yang tak kalah utama adalah gangguan kesehatan seperti menimbulkan penyakit demam berdarah. (Manyullei, S 2022 ;Bisinella, V 2017)

Dari total 30 peserta yang menjadi sasaran program pengabdian kali ini, selain indikator PHBS terkait sampah, Indikator PHBS lain yang dilakukan adalah menjaga kebersihan reproduksi, dimana distribusi responden/peserta sebelum dan sesudah edukasi didapatkan terjadi peningkatan hingga mencapai 40%, dengan distribusi pengetahuan saat melakukan post tes sekitar 97-100% yang utamanya pada item tentang definisi menstruasi, darimana darah menstruasi mengalir keluar, frekuensi pergantian pembalut, cara membersihkan organ kewanitaan yang benar, dan frekuensi membersihkan area kewanitaan ketika menstruasi dalam sehari. Temuan dalam penelitian ini relevan dan sesuai dengan studi terbaru pada siswi SMA di Kota Tangerang Selatan dimana mayoritas juga memiliki distribusi jawaban yang hampir sama. (Jafril, J 2021)

Menurut Porter, pengetahuan menjadi dasar tersendiri bagi individu untuk bertindak berdasarkan kognisi yang telah diperolehnya. Dengan kata lain, pengetahuan memengaruhi bagaimana individu bertindak dan merespon apa yang terjadi pada lingkungan sekitar individu. (Hanurawan, F 2016) Hal ini sejalan dengan hasil pre tes dan post test yang telah dilakukan, dimana didapatkan terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi dalam hal praktik menjaga kebersihan menstruasi, selain itu informasi yang diperoleh oleh siswi terkait upaya-upaya menjaga kebersihan mentruasi akan direspon oleh siswi tersebut menjadi sebuah pengetahuan bagi dirinya dan akan berdampak pada terjadinya perubahan perilaku sebagai bentuk respon dari adanya pengetahuan baru dalam rana kognisi yang ia ketahui. Informasi tersebut dapat diperoleh dari upaya penginderaan seperti membaca dan mendengar, (Dolang,M.W 2013). Pada akhirnya, pengetahuan seseorang memberikan kekuatan pada seseorang tersebut untuk memutuskan perilaku yang akan ia lakukan dalam situasi dan kondisi tertentu. Dengan kata lain, keputusan berperilaku memiliki kaitan erat dengan kapasitas pengetahuan seseorang. (Glanz,K 2008).

KESIMPULAN

PHBS di Pondok Pesantren merupakan upaya membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat di pondok pesantren untuk mengenali masalah dan tingkat kesehatannya, serta mampu mengatasi, memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sendiri. PHBS di Pondok Pesantren bertujuan untuk meningkatkan



pengetahuan, perubahan sikap dan perilaku para santri, pengurus dan pengajar di pesantren.

PHBS yang diadakan di Pondok pesantren An Nahdlah Makassar dengan sasaran utama adalah santriwati nantinya diharapkan dapat dengan mudah melaksanakan dan secara berlanjut melakukan tindakan PHBS dengan baik, terutama indikator PHBS yang masih menjadi masalah.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih kepada Ketua Yayasan, Tenaga Pengajar, beserta adik-adik santriwati Pondok Pesantren An Nahdlah Makassar yang telah membantu menyukseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk promosi Kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Alam, P., & Ahmade, K. (2013). Dampak limbah padat terhadap kesehatan dan lingkungan. *Jurnal Internasional Pembangunan Berkelanjutan dan Ekonomi Hijau (IJSDEGE)*, 2 (1), 165-168.
- [2] Bisinella, V., Götze, R., Conradsen, K., Damgaard, A., Christensen, TH, & Astrup, TF (2017). Pentingnya komposisi sampah untuk Life Cycle Assessment solusi pengelolaan sampah. *Jurnal produksi bersih*, 164, 1180-1191.
- [3] Dahliah D, Rasfayanah R, Dewi C, Yusriani Y. Hubungan Antara Lama Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2016. *Window of Health*. 2018;1:56-60.
- [4] Dolang, M. W., Rahma, R., & Ikhsan, M. (2013). Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Hygiene Menstruasi pada Siswi SMA Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9(1), 36-44.
- [5] Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2008). *Theory, research, and practice in health behavior and health education*
- [6] Hanurawan, F. (2016) *Perspektif Alternatif dalam Psikologi Pendidikan*. Malang: Universitas negeri Malang.
- [7] Hastuti, Dewi, R. K. and Pramana, R. P. (2019) *Studi Kasus tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Siswa SD dan SMP Pentingnya Fasilitas WASH di Sekolah*, Smeru Research Institute. Jakarta.
- [8] Hidayat, C. 2021. VOL 2 NO 1. *Aktivitas Edukasi Penanaman Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Pondok Pesantren Serta Dewan Kemakmuran Mesjid Al-Munir Selama Pandemi Covid-19*. Universitas Siliwangi. Bernas : *Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- [9] Jafril, E. (2019) *Faktor-Faktor Yang berhubungan Dengan Kebersihan Menstruasi Pada Siswi SMP Negeri Di Kota Tangerang Selatan Tahun 2019*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- [10] KEMENKES RI, 2014. *Rencana Strategi*. Direktorat Jendral Pedoman Penerapan Hidup Bersih: Jakarta.
- [11] KEMENKES RI, 2021. *Pelaksanaan Phbs Di Pesantren*. Jakarta.
- [12] Liza, L. (2019). *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Personal Higiene saat Menstruasi di SMP N 19 Kota Jambi Tahun 2018*. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 267-275.



- [13] Manik, J. R., & Kabeakan, N. T. M. B. (2021). Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Dalam Peningkatan Pendapatan pada Kelompok Ibu-Ibu Asyiyah. *JURNAL PRODIKMAS Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 48-54.
- [14] Manyullei, S., Saleh, L. M., Arsyi, N. I., Azzima, A. P., & Fadhilah, N. (2022). Penyuluhan Pengelolaan Sampah dan PHBS di Sekolah Dasar 82 Barangmamase Kecamatan Galesong Selatan Kab. Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 169-175
- [15] Ngoc, PBB, & Schnitzer, H. (2009). Solusi berkelanjutan untuk pengelolaan limbah padat di negara-negara Asia Tenggara. *Pengelolaan sampah*, 29 (6), 1982-1995.
- [16] Pertiwi, T. I. and Megatsari, H. (2018) 'The Description Of The Knowledge And Practice Level Of Menstrual Hygiene On Female Student At Sdn 4 Pacarkembang Surabaya', *Jurnal Promkes*, 6(2), pp. 142-154.
- [17] Porter, C. (2015) 'Revisiting Precede-Proceed: A leading model for ecological and ethical health promotion', *Health Education Journal*, 75. doi: 10.1177/0017896915619645.
- [18] Rahman R, Sididi M, Yusriani Y. Pengaruh Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Partisipasi Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah Di Kampung Nelayan Untia. *Jurnal Surya Muda*. 2020 Aug 31;2(2):119-31.
- [19] Reno, J. (2015). Sampah dan pengelolaan sampah. *Tinjauan Tahunan Antropologi*, 44 , 557-572.
- [20] Sarah (2013). Hubungan antara IMT dengan usia menarche pada siswi SD dan SMP di Kota Manado. *e-CliniC*, 1(1).
- [21] Selfia Y, dkk. 2021. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Khatulistiwa*. Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal. Vol 4 No 1.
- [22] Supriyadi, S., Kriwoken, LK, & Birley, I. (2000). Solusi pengelolaan sampah padat untuk Semarang, Indonesia. *Pengelolaan & Penelitian Limbah*, 18 (6), 557-566.
- [23] Surahman H, Adam A, Yusriani Y. Penggunaan Alat Perlindungan Diri (APD) Pada Petugas Pemulasaran Jenazah COVID-19 Di Perkuburan Macanda Kabupaten Gowa: The Use of Personal Protective Equipment (PPE) for COVID-19 Body Retrieval Officers at Gowa District. *Journal of Muslim Community Health*. 2021 Oct 13;2(4):77-87
- [24] Wilson, DC (2007). Penggerak pembangunan untuk pengelolaan sampah. *Pengelolaan & Penelitian Limbah*, 25 (3), 198-207
- [25] Yusriani Y, Agustini T. Pencegahan Penularan Novel Corona Virus (Covid-19) Melalui Edukasi 10 Jari Untuk Anak Indonesia. *Caradde*. 2021;3(3):422-8.