

Pengabdian Mahasiswa untuk Meningkatkan Kesadaran Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat

Fatmawati¹, Muslehudin², Nursyawani³, Jamilatul Hasanah⁴, Baiq Nasipah⁵, Ahmad Zulfakar Ali⁶, Auni Islihatini Diniati⁷, Farid Al Rizky⁸, Fatahilah⁹, Hadawiyah¹⁰, Haerani¹¹, Hulwa Rizki Maulidianti¹², Khansa Ummu Syahidna¹³, Muhammad Azhar¹⁴, Nadia Rizki Amalia¹⁵, Siti Hadijah¹⁶, Yulis Muliawati¹⁷

¹⁻¹⁶Al-Amin Gersik Kediri Lombok Barat-NTB

*e-mail: fatmadikla@gmail.com¹, alehgersik1983@gmail.com²,
ahmadzulfakarali15@gmail.com³, auniislihatini@gmail.com⁴,
bqnsfh092@gmail.com⁵, faridalrizky648@gmail.com⁶,
Fthilah0801@gmail.com⁷, faharasyahada@gmail.com⁸,
ranihaerani108@gmail.com⁹, hulwa.rizky.18@gmail.com¹⁰,
Jhasanah453@gmail.com¹¹, khansaummu01@gmail.com¹²,
Azharmuhammad02024@gmail.com¹³, rnadya082@gmail.com¹⁴,
syawani229@gmail.com¹⁵, Sitihdjh0208@gmail.com¹⁶,
yulismuliawati4@gmail.com¹⁷

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting untuk diterapkan pada kehidupan sehari-hari di pondok pesantren, hal ini ditunjukkan agar setiap santri dapat beradaptasi dan meningkatkan kekebalan imun tubuh setiap orang. Berdasarkan kesadaran akan hal ini kami peserta KKN Pondok Pesantren Darul Aman mengajak para santri untuk melakukan kegiatan olahraga dan bersih-bersih. Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada para santri bahwa pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan untuk menumbuhkan rasa peduli terhadap diri sendiri dan lingkungan. Adapun tahapan kegiatan pelaksanaan adalah sebagai berikut: melakukan observasi lapangan, sosialisasi, dan pelaksanaan. Melalui pengabdian ini kami berhasil meningkatkan kesadaran para santri tentang perilaku hidup bersih dan sehat, dan kami juga berhasil meningkatkan kesadaran para santri untuk menjaga kebersihan lingkungan di pondok pesantren.

Kata kunci: pengabdian, kebersihan, kesehatan

Abstract

Clean and healthy living behavior is very important to be applied to daily life in boarding schools, this is shown so that each student can adapt and increase everyone's immune system. Based on this awareness, we, the participants of the Darul Aman Islamic Boarding School KKN, invited the students to carry out sports and cleaning activities. The purpose of this service is to provide an understanding to the students that the importance of maintaining health and cleanliness to foster a sense of caring for themselves and the environment. The stages of implementation activities are as follows: field observation, socialization, and implementation. Through this service we succeeded in increasing the awareness of the students about clean and healthy living behavior, and we also succeeded in increasing the awareness of the students to maintain environmental cleanliness in the boarding school.

Keywords: dedication, hygiene, health

Article Info

Received date: 27th January 2024

Revised date: 29th January 2024

Published date: 30th January 2024

1. PENDAHULUAN

Menurut Andriansyah dan Rahmantari (2013) menyatakan bahwa Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial.

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah kumpulan perilaku yang dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terciptanya peningkatan derajat kesehatan didalam pondok pesantren. Perilaku tersebut merupakan konsep dasar yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku yang akan meningkatkan kualitas kehidupan seseorang baik dari segi sosial maupun individu.

Pondok Pesantren Darul Aman terletak di jalan pertanian no 10 Lingkungan Tegal Selagalas, Kecamatan Sandubaya, Kota Mataram. Santri di Pondok Pesantren Darul Aman masih memiliki kesadaran yang rendah terhadap kebersihan dan kesehatan. Hal tersebut bisa di lihat dari kebiasaan beberapa santri jarang memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan kurang peka terhadap kebersihan lingkungan seperti membuang sampah sembarangan dan tidak menjaga barang hak milik pribadi. Selain itu, berdasarkan pengamatan awal ini terlihat bahwa terdapat pola dan perilaku komunikasi tertentu yang ada di tengah kelompok seksi kebersihan dan lingkungan hidup di Pondok Pesantren Darul Aman. Terdapat kedekatan dan ikatan khusus di antara mereka dalam berinteraksi baik sesama seksi kebersihan maupun dengan masyarakat. Perilaku komunikasi dan cara seksi kebersihan dalam mengelola proses komunikasi, menentukan bagaimana mereka membentuk makna dalam Pondok Pesantren Darul Aman dan lingkungannya. Salah satu informan mengatakan bahwa setiap seksi kebersihan saling memiliki ikatan emosional, dan mereka memiliki cara tersendiri untuk berinteraksi dengan masyarakat Korong Kuliek dalam pengelolaan sampah. Terdapat pola-pola komunikasi dan perilaku tertentu

dalam interaksi dan aktivitas mereka sebagai sebuah kelompok yang berada dalam lingkungan Korong. Terjadinya pola komunikasi tertentu dan perilaku komunikasi di tengah masyarakat Korong dengan seksi kebersihan, ini terjadi karena terdapat proses komunikasi yang berlangsung secara terus menerus.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka kami sebagai mahasiswa peserta KKN Darul Aman berupaya untuk mengajak para santri selalu menjaga kesehatan dan kebersihan lingkungan di mulai dari lingkungan terdekat seperti membersihkan asrama, kamar mandi, masjid, lapangan sekolah dan halaman. Putra *et al* (2023), bahwa tim pelaksana pengabdian ikut serta mengajak masyarakat sekitar untuk bergabung dalam kegiatan yang sedang dilaksanakan untuk turut ambil bagian demi kemajuan bersama di masa yang akan datang yang lebih baik dari sebelumnya. Dengan hal tersebut maka akan menumbuhkan kesadaran para santri dalam mewujudkan kehidupan yang sehat dan lingkungan yang bersih.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 40 hari dari tanggal 8 Juni sampai 18 Juli. Adapun tahapan kegiatan pelaksanaan adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan observasi lapangan, survei, diskusi dan wawancara untuk mengkaji keadaan pondok pesantren darul aman.
- b. Melaksanakan sosialisasi bersama santri untuk menetapkan program KKN.
- c. Pelaksanaan program KKN yaitu: penyuluhan tentang PHBS, kegiatan pembersihan dan kegiatan olahraga seperti senam bersama, sepak bola dan PSHT.

Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah para santri Pondok Pesantren Darul Aman. Program pemberdayaan ini dilaksanakan bekerja sama dengan pihak pengurus pondok, agar kegiatan ini dapat terkontrol dan bersifat kontinu sehingga target dan sasaran dapat terwujud khususnya dalam mewujudkan pondok pesantren yang peduli akan lingkungan dan kesehatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pemberdayaan masyarakat Pondok Pesantren Darul Aman dalam membangun lingkungan yang bersih, sehat dan mandiri sebagai upaya mewujudkan pondok pesantren peduli lingkungan yang dilaksanakan melalui kegiatan-kegiatan berikut:

- a. Pelaksanaan observasi lapangan dilaksanakan pada tanggal 7 Juni 2023, hal ini bertujuan untuk mendapatkan informasi terkait permasalahan dan solusi terhadap masalah yang dihadapi para santri Pondok Pesantren Darul Aman.
- b. Pelaksanaan sosialisasi berasama para santri dalam penentuan program kerja. Mahasiswa KKN melakukan sosialisasi tersebut terkait program kerja yang akan dilaksanakan selama 40 hari.
- c. Pelaksanaan program KKN dalam pemberdayaan masyarakat pondok khususnya dalam kebersihan dan kesehatan dimulai dari penyuluhan tentang PHBS, pembersihan asrama dan kegiatan olahraga. Adapun program pemberdayaan yang dilakukan oleh peserta KKN Darul Aman adalah:

1) Penyuluhan tentang PHBS

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sebuah rangkaian yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan baik diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Pondok pesantren dimana tempat para santri menuntut ilmu dan tinggal, sehingga memiliki potensi yang besar untuk menerapkan implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Dalam kegiatan ini, kami peserta KKN Darul Aman menghadirkan mahasiswa dari STIKES Yarsi Mataram sebagai pemateri dalam menyampaikan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).



Gambar 1. Dokumentasi Penyuluhan Tentang PHBS

2) Tanzhiful 'Amm (Pembersihan Akbar)

Kegiatan ini dilakukan satu kali seminggu oleh peserta KKN, pengurus serta para santri yang dimana kegiatan ini untuk membersihkan area pondok pesantren secara keseluruhan seperti membersihkan kamar mandi, kamar tidur, masjid dan halaman.



Gambar 2. Dokumentasi Pembersihan Akbar

3) Kegiatan Olahraga

Olahraga merupakan segala bentuk aktivitas fisik yang dilakukan dengan santai maupun terorganisir yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan mental yang membentuk hubungan sosial.

Adapun kegiatan olahraga yang diadakan oleh peserta KKN Darul Aman untuk para santri adalah: senam irama, sepak bola, mengajarkan tentang pengenalan alam dengan cara mengajak para santri keliling kampung sekitar pondok pesantren dan class meeting.



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Olahraga

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari program kegiatan KKN Darul Aman mengenai pengabdian mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran berperilaku hidup bersih dan sehat pada santri Pondok Pesantren Darul Aman yaitu dapat meningkatkan rasa sikap peduli terhadap kesehatan dan lingkungan agar terciptanya tubuh yang sehat dan lingkungan yang bersih dan nyaman. Melalui kegiatan ini, kami peserta KKN Darul Aman mengharapkan perubahan pola perilaku santri dalam menjaga kesehatan dan kebersihan lingkungan. Karena pada dasarnya untuk menciptakan pribadi yang mandiri dan sejahtera harus bermula dari kesadaran diri sendiri untuk mampu berdaya dalam menyelesaikan berbagai persoalan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, Yuli, Dan Desi Natalia Rahmantari. 2013." Penyuluhan Dan Praktik PHBS (Prilaku Hidup Bersih) *Inovasi Dan Kewirausahaan* 2(1):45/50.
- Farman, F., Chairuddin, C., Herlina, H., Marniati, M., Hali, F., & Nasrum, A. (2021). Kkn Tematik: Peningkatan Kualitas Hidup Bersih Dan Sehat Masyarakat Desa Lapao-Pao Kabupaten Kolaka. *Jurnal Al Basirah*, 1(2), 117-126.
- Ma'rifah, A. N., Legita, Y. F., Azika, A., & Sugiatmi, S. (2023, November). Promosi dan Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kalangan santri Pondok Pesantren Al-Furqon, Kecamatan Serangpanjang, Kabupaten Subang. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Akbar, R. N., Sugiyanto, S., & Doewes, M. (2018, November). Olahraga Di Lingkungan Pondok Pesantren. In *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)* (Vol. 1, No. 1).
- Putra, N, Sandika, S, & Hakim, H. Pemanfaatan Singkong Menjadi Keripik Bagi Pemuda Desa Tamaran Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat. *Nuras: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, E-ISSN 2808-2559; P-ISSN 2808-3628, Volume 3, Issue 4, October 2023; Page, 127-132