

Peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Hidayatullah Kota Ternate

Mutmainnah^{1*}, Muhammad Subhan A. Sibadu¹

¹ Prodi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Khairun, Ternate, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.29303/indra.v6i2.455>

Article Info

Received : 16-09-2024

Revised : 20-03-2025

Accepted : 30-09-2025

Abstract: This study aims to enhance the knowledge of students at Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Hidayatullah Ternate regarding Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) through educational activities. As an Islamic educational institution, pesantrens often face health issues that can be mitigated by implementing PHBS. The study employed lecture and discussion methods to provide PHBS education to junior high school students. Evaluation was conducted using pre-test and post-test questionnaires, revealing a significant improvement in students' knowledge. Statistical analysis showed that the average knowledge score increased from 57 ± 19.49 in the pre-test to 80.5 ± 14.31 in the post-test, with a significance value of $p < 0.000$. The activity also included the establishment of a Health Post for Pesantren (Poskestren) to support the implementation of PHBS. The conclusion of this study is that the conducted education effectively improved students' knowledge of PHBS, which can contribute to better health within the pesantren environment. This educational program is expected to be implemented in other pesantrens to expand the health benefits among students.

Keywords: health education; islamic boarding school; PHBS; student.

Citation: Mutmainnah, M., & Sibadu, M. S. A. (2025). Peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Hidayatullah Kota Ternate. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 54–58. doi: <https://doi.org/10.29303/indra.v6i2.455>

Pendahuluan

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 (Karimah, 2018). Berdasarkan data Kemenag, setidaknya ada 39.043 pesantren pada 2022/2023, dengan total jumlah santri yang tercatat sebanyak 4,08 juta (Wahid, 2023). Di era modern dan digital sekarang ini, pesantren masih sangat tinggi peminatnya bagi orang tua maupun anak sebagai sebuah pilihan untuk menempuh pendidikan. Permasalahan yang sering dialami oleh sebuah pesantren yakni masalah kesehatan (Abdullah & Mutmainnah, 2023). Masalah

kesehatan di pesantren dapat dicegah salah satunya dengan PHBS.

Status kesehatan warga pondok pesantren, baik pimpinan, santri, maupun karyawan, terutama ditentukan oleh perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tujuan dari penerapan PHBS di pondok pesantren adalah untuk membekali santri dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan agar dapat berperan aktif dalam upaya menjaga kesehatan diri sendiri, kesejahteraan masyarakat, dan lingkungan sekitar (Kemenkes RI, 2021).

Menurut Ernyasih & Sari (2021), variabel yang diketahui berhubungan dengan PHBS adalah pengetahuan (p value=0,000), sikap (p value=0,009), sarana prasarana (p value=0,000) peran guru (p

Email: mutmainnah@unkhair.ac.id (*Corresponding Author)

value=0,000) dan peran teman sebaya (p value=0,000). Adapun saran yang diberikan dalam penelitian tersebut adalah melakukan kegiatan penyuluhan tentang manfaat dan penerapan PHBS.

Kebersihan diri, tidur yang cukup, makan makanan yang bergizi, berolahraga, mengelola stres, dan tidak merokok merupakan cara-cara yang dapat membantu santri untuk hidup lebih sehat (Nadliroh et al., 2021). Tujuan dari penerapan upaya-upaya untuk menekan prevalensi penyakit tertentu di pesantren adalah untuk memastikan bahwa santri dan staf pengajar di dalamnya berada dalam kondisi kesehatan yang sebaik-baiknya. Hal ini akan membantu melahirkan generasi yang tangguh dan cakap yang dapat berkontribusi bagi kemakmuran Indonesia di masa depan (Kemenkes RI, 2021).

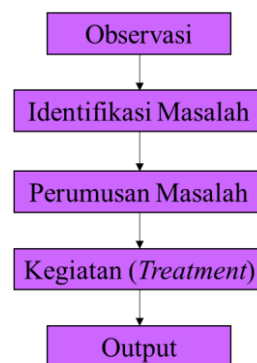
Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an (PPTQ) Hidayatullah Ternate merupakan pesantren binaan Hidayatullah yang salah satunya berlokasi di Kelurahan Gambesi. Santri yang berada pada pesantren tersebut berada pada jenjang pendidikan MTs dan MA. PPTQ Hidayatullah belum memiliki poskestren berdasarkan temu wawancara yang dilakukan oleh tim PKM.

Pos Kesehatan Pesantren (Poskestren) merupakan sarana dan prasarana yang juga harus tersedia sejalan dengan peningkatan pengetahuan PHBS pada santri. Hal ini dikarenakan poskestren sebagai fasilitas yang dapat digunakan oleh para santri terkait penanganan awal masalah kesehatan yang dialami santri. Kondisi sakit yang dialami santri dapat menyebabkan terganggunya kegiatan dan aktivitas santri hingga rentan menularkan penyakit antar santri seperti penyakit demam tifoid, hepatitis, cacar, demam berdarah, panu, skabies, dan sebagainya.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada santri PPTQ Hidayatullah Ternate tentang PHBS dan memberikan bantuan pengadaan dalam rangka pembentukan poskestren. Santri yang diberikan edukasi PHBS adalah siswa MTs. Santri dijadikan sasaran PKM dikarenakan merupakan salah satu penentu status kesehatan masyarakat pesantren agar terwujudnya lingkungan pesantren yang sehat.

Metode

Kegiatan disusun secara berurutan dan sistematis seperti pada **Gambar 1**. Pemilihan lokasi mitra merupakan hasil musyawarah Tim PKM. Setelah lokasi mitra ditetapkan, Tim PKM turun observasi secara langsung untuk koordinasi dengan pimpinan PPTQ Hidayatullah Ternate sekaligus memperoleh izin untuk melaksanakan kegiatan ini.



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan terdiri dari dua tahapan sebagai berikut:

1. Penyuluhan

Ceramah dan diskusi merupakan media utama yang digunakan dalam penyuluhan. Media yang digunakan adalah PowerPoint yang menyajikan materi terkait PHBS dan brosur yang dapat dipelajari kembali oleh santri. Materi edukasi berisi tentang pentingnya PHBS, kebiasaan sehari-hari yang mencerminkan PHBS, serta pencegahan penyakit.



Gambar 2. Potongan materi penyuluhan.

2. Evaluasi

Responden santri sebanyak 20 orang mengerjakan kuesioner sederhana (*pre-test* dan *post-test*) dengan alokasi waktu selama 5 menit. Soal yang diberikan terkait pengertian dan perilaku dalam PHBS.

Hasil dan Pembahasan

PPTQ Hidayatullah Ternate merupakan pesantren binaan Hidayatullah yang salah satunya berlokasi di Kelurahan Gambesi. PP Hidayatullah Ternate sudah berdiri sejak tahun 1994. PPTQ Hidayatullah Ternate menjadi mitra dengan tim PKM dikarenakan berdasarkan hasil musyawarah tim PKM dengan pertimbangan lokasinya dekat dengan kampus Unkhair yang berjarak $\pm 1,2$ km dan memakan waktu ke lokasi sekitar 4 menit.

Berdasarkan hasil observasi dan koordinasi dengan pimpinan pesantren, kegiatan pengabdian dilaksanakan di masjid pondok pesantren pada Sabtu, 22 Juni 2024. Peserta dalam kegiatan berfokus pada santri MTs agar menjadi pelopor muda dalam penerapan PHBS ke depannya.

Para santri, dosen, dan pimpinan pondok pesantren turut hadir dalam acara tersebut. Setelah dibuka secara resmi, acara pengabdian masyarakat diawali dengan pembagian kuesioner *pre-test* dan berlangsung selama hampir satu jam. Pihak pondok pesantren sangat mengapresiasi kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai salah satu upaya untuk mengedukasi santri agar menerapkan PHBS di lingkungan pesantren agar meningkatkan kesadaran diri dalam hal kesehatan. Materi disampaikan dengan metode ceramah (lihat **Gambar 3**).



(a)



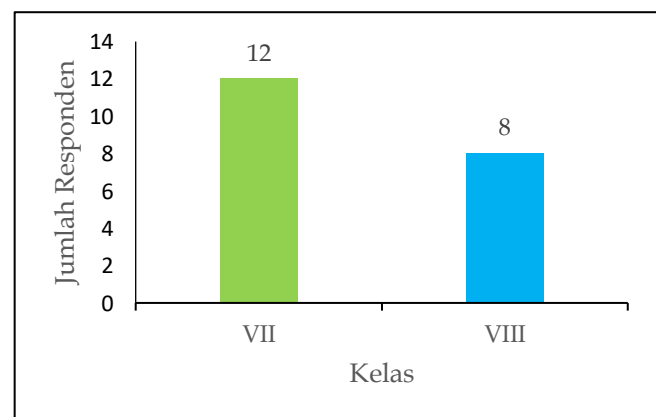
(b)



(c)

Gambar 3. Penyampaian materi (a), penyerahan bantuan poskestren (b), dan dokumentasi (c).

Pokok bahasan materi penyuluhan yang disampaikan berupa informasi tentang pengertian PHBS dan langkah-langkah PHBS yang dapat diterapkan oleh santri. Setelah itu dilanjutkan diskusi (tanya jawab) dan diakhiri dengan evaluasi berupa kuesioner *post-test*. Sebanyak 20 santri mengikuti kegiatan evaluasi yang terdiri dari kelas VII (12 orang), kelas VIII (8 orang) yang berjenis kelamin semuanya laki-laki (lihat **Gambar 4**).



Gambar 4. Distribusi responden berdasarkan kelas

Peningkatan pengetahuan dievaluasi dari nilai *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner berisi pertanyaan pilihan ganda. Kuesioner dapat dilihat pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Kuesioner

No.	Soal/Pernyataan
1	PHBS merupakan singkatan dari... a. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat b. Perbuatan Hidup Bebas dari Sakit
2	PHBS dilakukan karena merupakan tindakan... a. Kesadaran lingkungan b. Kesadaran diri
3	Yang termasuk 4 langkah PHBS adalah... a. Pola istirahat b. Pola kerja
4	Bahan yang perlu dibatasi dalam Langkah PHBS pola makan adalah... a. Protein b. Gula
5	Regenerasi sel-sel yang rusak dapat dilakukan oleh tubuh pada kondisi... a. Istirahat b. Kerja
6	Hormon alami yang diproduksi otak di malam hari untuk membantu kualitas tidur adalah... a. Melanin b. Melatonin
7	Menjaga kebersihan merupakan salah satu cara menghindari penyakit. a. Benar b. Salah
8	Mencegah lebih baik daripada mengobati. a. Benar b. Salah
9	Skabies merupakan infeksi jamur. a. Benar b. Salah
10	Olahraga merupakan salah satu langkah dalam PHBS. a. Benar b. Salah

Pemahaman siswa terhadap penyuluhan PHBS meningkat berdasarkan hasil penilaian (lihat **Tabel 2**). Pada satu sisi, terdapat rentang skor 10 hingga 90 sebelum tes, dengan rata-rata $57 \pm 19,49$; di sisi lain, pada pasca tes berkisar antara 60 hingga 100, dengan rata-rata $80,5 \pm 14,31$. Berdasarkan hasil analisa secara statistik menggunakan *Paired Samples T-Test*, pengetahuan siswa meningkat secara signifikan ($P < 0,000$). Dapat disimpulkan bahwa penyampaian materi penyuluhan kepada santri PPTQ Hidayatullah Ternate dipahami dengan baik.

Tabel 2. Hasil evaluasi penyuluhan

Soal	Skor	Rata-rata
<i>Pre-Test</i>		
Minimum	10	57 ± 19,49
Maksimum	90	
<i>Post-Test</i>		
Minimum	60	80,5 ± 14,31
Maksimum	100	
Sig. (2-tailed)		0,000

Simpulan

Pengabdian kepada masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Hidayatullah Ternate berjalan dengan metode ceramah dan diskusi telah berjalan dengan baik dan efektif. Hal ini dibuktikan dengan antusias santri pada saat kegiatan dan hasil evaluasi yang dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan santri secara signifikan ($P < 0,000$).

Ucapan Terima Kasih

Kegiatan ini merupakan salah satu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mendapatkan dana melalui skim Pengabdian kepada Masyarakat dengan nomor: 0846/PKM/UN44.C9/2024. Tim PKM menyampaikan terima kasih kepada LPPM berserta Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Khairun yang telah memberikan dukungan finansial sehingga kegiatan berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Abdullah, A., & Mutmainnah, M. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Santri Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Al-Mughtariyah Cabang Kepulauan Selayar. *Pekan (Jurnal Pengabdian Kesehatan Unkhair)*, 2, 23–29.
- Dinkes, P. M. U. (2020). *Rencana Strategis Dinas Kesehatan Provinsi Maluku Utara 2020-2024* (2020th ed.).
- Ditjen PAUD Dikdasmen. (2024). *SMP Muhammadiyah 2 Kota Ternate*. Data Pokok Pendidikan.
- Ernyasih, E., & Sari, M. M. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Santri MTS di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tahun 2020. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 1(2), 205. <https://doi.org/10.24853/eohjs.1.2.205-216>

- Karimah, U. (2018). Pondok Pesantren Dan Pendidikan: Relevansinya Dalam Tujuan Pendidikan. *MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran, Hadist, Syari'ah Dan Tarbiyah*, 3(1), 137. <https://doi.org/10.33511/misykat.v3n1.137>
- Kemenkes RI. (2021). Pelaksanaan PHBS di Pesantren. In *Kemenkes* (p. 23). <https://ayosehat.kemkes.go.id/pelaksanaan-phbs-di-pesantren>
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak, (2024).
- Nadliroh, K. A., Susanti, N., Gaffar, H. D., & Indrawan, D. (2021). *Pesantren Sehat Mewujudkan Pesantren dan Generasi Santri Sehat*. UIN Maliki Press.
- Wahid, H. N. (2023). Untuk Makin Memajukan Pesantren, HNW Dukung Usulan Pembentukan Direktorat Jenderal Pesantren di Kemenag. In *mpr.go.id* (p. 1).