
PELATIHAN PENINGKATAN SOFTSKILL KADER KESEHATAN REMAJA DALAM MENINGKATKAN PHBS PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN SHOFA WARWA KABUPATEN JEMBER**Kustin, Wima Anggitasari**

STIKES dr. Soebandi Jember

kustin@stikesdrsoebandi.ac.id

ABSTRACT

Health is a condition where we are far away or free from disease. Clean and healthy living behavior is a set of behaviors that is practiced on the basis of awareness as a result of learning that makes a person or family can help them selves in the health sector and play an active role in realizing the health of their community. Islamic boarding school is a boarding Islamic school and general education which teaches more percentage of Islamic religious education than general science, where all activities are carried out there with dense occupants which cause hygiene problems including cleanliness in the boarding school environment well-known dirty, dirty, unhygienic besides sanitation problems and limitations of sanitation facilities and behavior of students who have not had a clean and healthy life style. The purpose of this health education activity is to increase the Soft Health Skills of Youth Adolescents in improving clean and healthy living behavior in Santri in Shofa Marwa Islamic Boarding School in Jember Regency. Soft skill improvement method is carried out by providing training in good clean and healthy living behavior and through several activities. The training activities were attended by 30 students and 30 female students who became adolescent health cadres. The results of the evaluation of the activities at the first meeting showed that there was an increase in the knowledge of the participants of the activity from before being given health education compared to after the activity by 80%. The Santri can also again demonstrate activities to improve clean and healthy behavior correctly. The follow up of this training is to look at the cadres' abilities when applying in daily life so that there is an increase in the Clean and Healthy Life behavior of the students in the neighborhood. The next activity is to evaluate the ability of cadres in conducting health education within the Shofa Marwa Islamic Boarding School. This training activity is very effective in improving clean and healthy living behavior for students at Shofa Marwa Islamic Boarding School

Keyword : *health cadre adolescents, clean and healthy life behavior, boarding school*

ABSTRAK

Kesehatan merupakan kondisi dimana kita berada jauh atau terbebas dari penyakit. PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Pondok Pesantren merupakan sekolah Islam berasrama (*Islamic boarding school*) dan pendidikan umum yang persentase ajarannya lebih banyak ilmu-ilmu pendidikan agama Islam daripada ilmu umum, dimana semua kegiatan dilakukan di sana dengan padatnya penghuni yang menimbulkan masalah kebersihan antara lain kebersihan yang ada di lingkungan pondok pesantren yang terkenal kotor, kumuh, tidak higienis selain itu juga masalah sanitasi dan keterbatasan sarana sanitasi dan perilaku santri yang belum berperilaku Hidup Bersih dan Sehat. Tujuan kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan *Softskill* Kader Kesehatan Remaja dalam meningkatkan PHBS pada Santri di Pondok Pesantren Shofa Marwa Kabupaten Jember. Metode peningkatan softskill dilakukan dengan cara memberikan pelatihan cara berPHBS yang baik dan melalui beberapa kegiatan. Kegiatan pelatihan ini diikuti oleh santriwan dan santriwati sebanyak 30 orang yang menjadi kader kesehatan remaja di Pondok Pesantren Sofa Marwa. Hasil evaluasi kegiatan pada pertemuan pertama menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta kegiatan dari sebelum diberikan penyuluhan kesehatan dibandingkan setelah kegiatan sebanyak 80%. Para santri juga bisa mendemonstrasikan kembali kegiatan peningkatan PHBS dengan benar. Tindak lanjut dari pelatihan ini adalah melihat kemampuan kaderpada saat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari sehingga terjadi peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada para santri yang ada dilingkungan tempat. tinggal. Kegiatan selanjutnya adalah dengan mengevaluasi kemampuan kader dalam melakukan pendidikan kesehatan dilingkungan Pesantren Shofa Marwa. Kegiatan pelatihan ini sangat efektif dalam meningkatkan PHBS pada santri diPondok Pesantren Shofa Marwa.

Keywords: Kader Kesehatan remaja, PHBS, Pesantren

Pendahuluan

Gaya hidup sehat adalah segala upaya untuk menerapkan kebiasaan yang baik dalam menciptakan hidup yang sehat dan menghindarkan kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan. Salah satu contoh akibat kebiasaan buruk tersebut seperti semakin banyaknya penderita penyakit menular seperti scabies (penyakit kulit) kudis diare ISPA. Hal ini juga sering dialami para santri di pondok pesantren. Sehingga tidak jarang istilah perilaku hidup bersih dan sehat (selanjutnya disingkat menjadi PHBS) terdengar di pesantren dikarenakan kondisi yang sangat mendukung terjadinya penyebaran penyakit dikarenakan gaya hidup sehat yang diterapkan di lingkungan tersebut (Ratnasari, 2011). PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya (Pratama, 2009).

Pondok pesantren selain dikenal sebagai wahana tempat belajar santri dan santriwati dalam mendalami ilmu agama Islam namun dalam melaksanakan pengelolaan pondok pesantren masih ada faktor-faktor lain yang menjadi ciri khas yang menonjol di kalangan masyarakat pesantren terutama di masa lampau. Problema itu adalah kebersihan di lingkungan pondok pesantren yang terkenal kotor kumuh tidak higienis. (Noor, 2006). Pondok pesantren selain dikenal sebagai wahana tempat belajar santri dan santriwati dalam mendalami ilmu agama Islam namun dalam melaksanakan pengelolaan pondok pesantren masih ada faktor-faktor lain yang menjadi ciri khas yang menonjol di kalangan masyarakat pesantren terutama di masa lampau. Problema itu adalah kebersihan di lingkungan pondok pesantren yang terkenal kotor kumuh tidak higienis. (Noor, 2006). Menurut Ikhwanudin, 2010 faktor yang menentukan rendahnya kualitas perilaku kesehatan santri adalah peraturan pondok fasilitas pondok dan teman dekat di pondok. Kondisi sanitasi pada Ponpes akan sangat berkaitan dengan angka kesakitan berbasis lingkungan yang menular. Beberapa masalah sanitasi sangat umum di Ponpes dapat kita sebut antara lain keterbatasan sarana sanitasi dan perilaku santri yang belum berPHBS. Sehingga dari latar belakang inilah perlu ditingkatkan pemahaman dan perhatian tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada santri di pondok pesantren. Menurut (Depkes, 2010) dampak dari perilaku terhadap derajat kesehatan cukup besar maka diperlukan berbagai upaya untuk mengubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat khususnya di lingkungan santri yang berada di sebuah pondok pesantren. Salah satunya melalui program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan cara memberikan edukasi dan konselor para pengurus dan santri sebagai upaya promosi kesehatan.

Metode

Pendidikan kesehatan dan memandirikan penatalaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada santri di pondok pesantren Shofa Marwa di Kabupaten Jember untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi perilaku kesehatan yang dilakukan santri untuk menerapkan cara hidup bersih dan sehat. Khalayak sasaran pada kegiatan ini adalah santri di pondok pesantren Shofa Marwa.

1. Jenis model pembelajaran: diskusi
2. Landasan teori: konstruktivisme
3. Langkah pokok
 - a. Menciptakan suasana pertemuan yang baik.
 - b. Mengajukan masalah.
 - c. Mengidentifikasi pilihan tindakan.
 - d. Memberi komentar.

4. Menetapkan tindak lanjut.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pelatihan kelompok dalam upaya peningkatan perilaku PHBS pada Santri di Pesantren Shofa Marwa di Kabupaten Jember dilakukan tempatnya Desa Patemon Kecamatan Pakusari Kabupaten dilakukan selama dua bulan yakni dimulai bulan Februari sampai dengan Maret 2019 yang dievaluasi setiap minggunya. Kegiatan ini diikuti oleh santriwan dan santriwati sebanyak 30 orang yang nantinya ini diharapkan menjadi kader kesehatan remaja yang sedang menempuh pendidikan agama khususnya pada Pesantren Shofa Marwa yang ada di Kabupaten Jember.

Materi pertemuan pertama ditujukan pada para santriwan dan santriwati yang ada di Pesantren Shofa Marwa tersebut. Materi upaya peningkatan ini terkait:

1. PHBS Kebiasaan Cuci Tangan
2. PHBS Kebiasaan Memotong Kuku
3. PHBS Kebiasaan Pemakaian Alat Mandi
4. PHBS Kebiasaan Pemakaian Alat Tidur
5. PHBS Kebiasaan Mencuci Rambut
6. PHBS Kebiasaan Penggunaan Pakaian
7. PHBS Kebiasaan Menjaga Kebersihan Lingkungan
8. PHBS Kebiasaan bebas jentik nyamuk
9. PHBS Kebiasaan bebas asap rokok
10. PHBS dalam bidang napza dan psikotropika
11. PHBS dalam bidang penyakit menular dan HIV/AIDS → kekebalan tubuh

Pada awal sesi diberikan dengan metode ceramah dan diskusi pada tahap atau sesi selanjutnya dilakukan demonstrasi langsung. Demonstrasi yang dilakukan kemudian diimplementasikan dan dievaluasi setiap minggunya. Kegiatan diawali dengan pretest dan diakhiri dengan posttest. Diakhir periode peserta diminta untuk mendemonstrasikan prosedur yang telah diajarkan dipelatihan sebelumnya. Hasil evaluasi kegiatan pada pertemuan pertama menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta kegiatan dari sebelum diberikan penyuluhan kesehatan dibandingkan setelah kegiatan sebanyak 20%. Saat dilakukan proses kegiatan para santri terlihat antusias dalam mengikuti dan memperhatikan serta antusias untuk bertanya. Para Santri juga bisa mendemonstrasikan kembali kegiatan peningkatan PHBS dengan benar. Diharapkan para santri ini setelah mendapatkan pelatihan ini bisa menjadi kader juga mampu mendemonstrasikan upaya peningkatan PHBS tersebut di dalam lingkungan pesantren. Tindak lanjut dari pelatihan ini adalah melihat kemampuan kader pada saat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terjadi peningkatan perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada para santri yang ada di lingkungan Pesantren Shofa Marwa. Kegiatan selanjutnya adalah dengan mengevaluasi kemampuan kader dalam melakukan pendidikan kesehatan di lingkungan Pesantren Shofa Marwa.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2007). PHBS adalah upaya memberikan pengalaman belajar bagi perorangan keluarga kelompok dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi memberikan informasi dan melakukan edukasi guna meningkatkan pengetahuan sikap dan perilaku melalui pendekatan Advokasi Bina Suasana (*Social Support*) dan Gerakan Masyarakat (*Empowerment*)

sehingga dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat (Depkes RI, 2011). Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga karena rumah tangga yang sehat merupakan aset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya.

Pembentukan kelompok kader kesehatan remaja ini merupakan salah satu bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan peran serta masyarakat dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan pada remaja khususnya pada santri dan santriwati. Hal ini secara jangka panjang bertujuan untuk menurunkan angka kesakitan khususnya penyakit kulit dan yang lainnya yang ada di Indonesia. Kegiatan ini juga selaras dengan kegiatan pemerintah dalam hal meningkatkan pemberdayaan masyarakat dalam upaya mengurangi masalah kesehatan dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya pada populasi remaja. Kegiatan ini juga bertujuan untuk memandirikan masyarakat dalam melakukan tata laksana masalah kesehatan remaja sebelum di bawa ke pelayanan kesehatan sehingga dapat dilakukan tata laksana lebih awal. Pembentukan kader Kesehatan Remaja (KKR) ini juga sebagai bentuk nyata dari dukungan sosial yang diberikan kepada para remaja.

Peran ustadz dan ustadzah dalam mewujudkan PHBS pada santri dapat dilakukan dengan memberikan informasi mengenai PHBS memberikan informasi tentang pentingnya mandi dengan air bersih dan membiasakan diri menjaga kebersihan lingkungan dengan membiasakan diri untuk membuang sampah pada tempatnya dan menyediakan tempat pembuangan sampah yang memadai. Hal lain yang seharusnya dilakukan oleh seorang ustadz dan ustadzah di pondok pesantren adalah sebagai panutan bagi para santri sehingga tidak hanya bisa mengarahkan tetapi juga bisa mempraktekkan atau memberi contoh yang baik terutama mengenai praktek PHBS misalnya tidak buang sampah sembarangan tidak buang air besar disungai dan lain-lain. Ustadz dan ustadzah dapat memberikan pelajaran atau pendidikan tentang perilaku hidup bersih dalam berbagai kesempatan. Meskipun tidak termasuk dalam kurikulum wajib akan tetapi para ustadz dan ustadzah bisa memberikan pelajaran tentang perilaku hidup bersih dan sehat secara informal. Misalnya saja dalam pelajaran sekolah pelajaran mengaji tausiyah dan kegiatan-kegiatan lainnya di pondok pesantren Selain peran para ustadz di pondok pesantren peran dari petugas kesehatan juga sangat diperlukan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan para santri secara rutin dan melaksanakan penyuluhan kesehatan secara rutin. Sehingga dengan informasi yang selalu diberikan pada santri diharapkan santri dapat memiliki kesadaran diri dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat baik di pesantren maupun ditempat lainnya.

Pembentukan dan pelatihan Kader Santri Sehat juga diharapkan mampu menjadi salah satu upaya meningkatkan *lifeskill* hidup sehat bagi santri untuk hidup sehat secara mandiri sekaligus menjaga kestabilan kualitas lingkungan sehat di pesantren yang akan dibentuk. Inisiasi dan pendampingan pembentukan Poskestren di kedua pesantren juga dilakukan guna menciptakan suatu sistem manajemen kesehatan terpadu dan terstruktur di lingkungan pondok pesantren. Sehingga harapan pengasuh pondok pesantren untuk meningkatkan mutu bekal keterampilan santri dapat tercapai. Solusi dalam peningkatan pengetahuan terkait PHBS di kedua pondok pesantren akan dilaksanakan melalui beberapa metode antara lain: 1) Pembekalan atau alih teknologi; yaitu penyadaran dengan memberikan informasi dan keterampilan pada penghuni pondok pesantren tentang dasar-dasar manfaat dan urgensi PHBS komunitas di lingkungan pondok pesantren; 2) Pendampingan; yaitu melalui pendampingan terhadap pondok pesantren dalam membentuk Poskestren; 3) Pelatihan manajemen dan pembentukan Kader Santri Sehat; yaitu memberikan pengetahuan tentang pengelolaan dan pembangunan relasi kerja untuk Poskestren serta melakukan

pelatihan bagi Kader Santri Sehat sebagai investasi keberlanjutan program Poskestren yang telah didirikan. Partisipasi mitra dilakukan mulai tahap persiapan hingga pengelolaan Poskestren yang terbentuk. Partisipasi mitra dievaluasi pada setiap kegiatan sehingga diharapkan pada saat akhir kegiatan keberlanjutan program dapat tetap berjalan.

Prosedur pelayanan yang peduli remaja yang di buat di Pondok Pesantren Sofa Marwa :

1. Pendaftaran dan pengambilan kartu yang mudah dan dijamin kerahasiaannya.
2. Waktu tunggu yang pendek.
3. Dapat berkunjung sewaktu-waktu dengan atau tanpa perjanjian terlebih dahulu.

Partisipasi/keterlibatan remaja di PKPR Pondok Pesantren Sofa Marwah para santri mendapatkan manfaat sebagai berikut:

1. Santri mendapat informasi yang jelas tentang adanya pelayanan cara mendapatkan pelayanan kemudian memanfaatkan dan mendukung pelaksanaannya serta menyebarkan keberadaannya.
2. Santri perlu dilibatkan secara aktif dalam perencanaan pelaksanaan dan penilaian pelayanan

Kesimpulan

Pelatihan peningkatan softskill kader kesehatan remaja dalam meningkatkan PHBS pada santri di pondok pesantren shofa warwa Kabupaten Jember ini sangat efektif dalam upaya meningkatkan PHBS pada santriwan dan santriwati. Dengan adanya kader kesehatan remaja yang sudah terbentuk mereka bisa menjadi role model dalam pelaksanaan kegiatan-kegiatan dalam upaya peningkatan PHBS seperti PHBS Kebiasaan Cuci Tangan PHBS Kebiasaan Memotong Kuku PHBS Kebiasaan Pemakaian Alat Mandi PHBS Kebiasaan Pemakaian Alat Tidur PHBS Kebiasaan Mencuci Rambut PHBS Kebiasaan Penggunaan Pakaian PHBS Kebiasaan Menjaga Kebersihan Lingkungan PHBS Kebiasaan bebas jentik nyamuk PHBS Kebiasaan bebas asap rokok PHBS dalam bidang napza dan psikotropika PHSB dalam bidang penyakit menular dan HIV/AIDS

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kami haturkan untuk instansi STIKES dr. Soebandi dan Yayasan Pendidikan Jember Internasional School (JIS) atas kesempatan yang diberikan kepada saya dan mendanai pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Aziz, Alimul.2006.*Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Buku 2*.Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes RI,. 2010. Buku Saku Pelaksanaan PHBS Bagi Masyarakat Di Wilayah Kecamatan.Jakarta : Kemenkes
- Mubarak, Wahid Iqbal. 2012. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Alemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta
- Potter, A. dan Perry, Anne G..2010.*Fundamental Keperawatan Buku 2 edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratama D.A.2009. Faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi Keluarga untuk melakukan program perilaku hidupBersih dan sehat di desa mangunharjo jatipurno Wonogiri. <http://etd.eprints.ums.ac.id/6436/1/J210050091.pdf>.
- Proverawati, A dan Rahmawati, E. 2012. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika

Ratnasari AF, Sungkar S. Prevalensi Skabies dan Faktor-faktor yang Berhubungan di Pesantren X. *EJKI* 2014;2(1): 253 [diunduh 3 Nopember 2018] Tersedia dari : <http://journal.ui.ac.id/index.php/eJKI/article/view/3177/2470>.

Ribek, Nyoman, dkk. 2011. *Buku Pintar Bimbingan Laboratorium dan Klinik Keperawatan Anak*. Denpasar: Departemen Keperawatan Anak Poltekkes Denpasar