

Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pondok Pesantren di Era Adaptasi Kebiasaan Baru

Aditya Sukma Pawitra, Khuliyah Candraning Diyanah*, Nuzulul Kusuma Putri, Alchamdani, Muhammad Azmi Ma'ruf, Kholifah Firsayanti Juwono

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga

*Corresponding author : Khuliyah Candraning Diyanah, k.c.diyannah@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Pondok pesantren merupakan tempat berisiko terjadinya penularan Covid-19 karena santri tinggal dan melakukan kegiatan bersama-sama setiap hari. Kondisi seperti ini perlu adanya komitmen pimpinan, pengelola, santri dan seluruh masyarakat pesantren agar aktif melakukan pengendalian dan pencegahan penularan Covid-19. Beberapa permasalahan pesantren terkait PHBS salah satunya berasal dari para santri yang saling meminjam alat makan, alat ibadah bahkan pakaian masih belum 100% hilang. Santri masih belum terbiasa mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, belum menggunakan masker dengan baik atau bahkan tidak menggunakan masker sama sekali, sulit menjaga jarak, kurangnya aktifitas fisik, dan konsumsi makanan yang kurang bergizi. Program pemberdayaan ini dilaksanakan dengan metode *Community Based Research* (CBR) yang memperhatikan identifikasi permasalahan serta upaya preventif bagi masyarakat dan prioritas dukungan, pengembangan sistem serta pembangunan sosial yang fokus pada masyarakat, dan menjawab kebutuhan masyarakat. Adapun tahapan CBR adalah: *laying the foundation, research planning, information gathering and analysis, dan acting on findings*. Luaran yang diharapkan yaitu tersusunnya kebijakan pencegahan dan pengendalian Covid-19 di pesantren, terlaksanakannya analisis situasi pondok pesantren, terbentuknya organisasi pencegahan dan pengendalian Covid-19, pesantren bisa bermitra dengan mitra potensial, terbentuknya duta PHBS santri, pengelola pesantren dapat membuat media promosi kesehatan, dan 75% santri mempunyai PHBS yang lebih baik dibanding sebelum adanya program.

Kata Kunci: pondok pesantren, PHBS, Covid-19, santri

ABSTRACT

Islamic boarding schools (IBS) are at risk of transmission of Covid-19 because students have activities together every day. That condition require the commitment of leaders, managers, students, and the entire boarding school community to control and prevent the transmission of Covid-19. The IBS's problems are personal hygiene, the students borrow eating utensils each other, shower utensils, and even clothes. Students do not wash their hands appropriately, do not wear masks properly, do not practice in social distancing, lack physical activity, and consume less nutritious food. This empowerment program is carried out using the Community Based Research (CBR) method which pays attention to problem identification and preventive efforts for the community and prioritizes supports, system development, and social development that focuses on the community, and answers community needs. The stages of CBR are: laying the foundation, research planning, information gathering, analysis, and acting on findings. The outcomes are in IBS to formulating of Covid-19 prevention and control policies, implementing of a situation analysis, formatting of Covid-19 prevention and control organizations, making partnership, formatting of personal hygiene ambassadors for students, IBS's managers create a health education media, and 75% of students increase the personal hygiene after the program.

Keywords: Islamic boarding school, personal hygiene, Covid-19, students

PENDAHULUAN

Saat ini Indonesia masih menghadapi tantangan penularan Corona Virus Disease (Covid-19) ini, sejak Covid-19 dinyatakan menjadi pandemi global oleh WHO.⁽¹⁾ Indonesia juga dilaporkan menjadi peringkat pertama dengan jumlah kematian tertinggi di Asia Tenggara.^(2,3) Kasus pertama Covid-19 dilaporkan terjadi di Wuhan, Cina, pada tanggal 17 Nopember 2019, dan pada tanggal 15 Desember

2019 terjadi 27 kasus.⁽⁴⁾ Di Indonesia, kasus Covid-19 dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020⁽²⁾ dan jumlah kasus terus bertambah hingga saat ini. Per tanggal 24 Februari 2021, tercatat kasus terkonfirmasi sebesar 1.306.141.⁽⁵⁾

Berbagai kebijakan Pemerintah telah dibuat dan dilaksanakan dalam upaya pencegahan penularan yang semakin masif,⁽⁶⁾ diantaranya adalah Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dengan menerapkan *Work From Home (WFH)*,

School From Home, dan lain sebagainya. Namun pada praktiknya masyarakat masih banyak yang abai dan tidak menerapkan protokol kesehatan dengan baik.⁽⁷⁾

Pondok pesantren yang merupakan tempat santri tinggal dalam menimba ilmu agama. Dalam situasi ini, pondok pesantren sangat rentan terjadi penularan Covid-19, apalagi pada saat Covid-19 ini dinyatakan sebagai pandemi global, beberapa pondok pesantren tetap melaksanakan segala fungsinya seperti sebelum pandemi, yaitu santri dan seluruh masyarakat pondok pesantren tetap tinggal dan belajar di pondok.

Sebelum adanya pandemi Covid-19 ini, pondok pesantren sangat rentan terjadi penularan penyakit seperti penyakit kulit, ISPA, diare. Hasil inspeksi sanitasi di pondok pesantren pada 2006 - 2013, menunjukkan 50% pondok pesantren tergolong ke dalam kategori “medium” yang berarti 40% - 95% faktor berisiko menimbulkan gangguan kesehatan. Penyakit yang biasa ditemukan di pondok pesantren berupa penyakit kulit, Diare, DBD, Malaria, ISPA, TBC. Yang menjadi faktor risiko di pesantren adalah masalah sanitasi, ruangan dan bangunan, serta perilaku masyarakat di pesantren.⁽⁶⁾

Dengan adanya pandemi Covid-19 ini, pondok pesantren mau tidak mau harus memperbaiki kualitas lingkungan dan perilaku masyarakat pondok. Pondok pesantren merupakan tempat berisiko terjadinya penularan Covid-19 karena santri tinggal dan melakukan kegiatan Bersama-sama setiap hari. Dengan kondisi seperti ini, perlu adanya komitmen pimpinan, pengelola, santri dan seluruh masyarakat pondok pesantren agar secara aktif melakukan upaya pengendalian dan pencegahan penularan Covid-19 ini.⁽⁸⁾

Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat santri perlu ditingkatkan untuk mencegah dan mengendalikan tidak hanya penularan Covid-19, tetapi juga penyakit menular lain yang masih sering ditemukan di pondok pesantren seperti ISPA, diare, TBC, scabies, dan lain-lain. Berdasarkan latar belakang tersebut, pengabdian kepada masyarakat di pondok pesantren ini sangat penting dilaksanakan guna meningkatkan pengetahuan masyarakat pondok, pembiasaan PHBS, dan komitmen lain dalam upaya pengendalian dan pencegahan penularan Covid-19 di pondok pesantren.

METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan menggunakan metode *Community Based Research* (CBR) untuk mengidentifikasi kondisi

lingkungan dan PHBS secara keseluruhan di Pondok Pesantren Al Amin. Masyarakat Pondok Pesantren Al Amin terdiri dari 56 santri putri 56 santri putra, dan 5 ustadz/ustadzah yang tinggal di pondok. Dalam metode CBR ini, akan dilaksanakan juga analisis situasi sehingga permasalahan mitra dapat diatasi dengan baik. *Community Based Research* (CBR) adalah salah satu metode kajian berbasis komunitas yang memberikan dukungan, daya dan juga keterlibatan aktif dalam proses pemberdayaan dalam rangka menghasilkan sesuatu yang bermanfaat bagi mereka dan juga pengabdian yang terlibat.⁽⁹⁾ Metode CBR memperhatikan identifikasi permasalahan serta upaya preventif bagi masyarakat, identifikasi prioritas dukungan dan pengembangan sistem serta pembangunan social, identifikasi pengembangan program yang fokus pada masyarakat, dan menjawab kebutuhan masyarakat. Adapun tahapan metode CBR adalah sebagai berikut: peletakan dasar (*laying the foundation*), perencanaan penelitian (*research planning*), pengumpulan dan analisis data (*information gathering and analysis*), dan aksi atas temuan (*acting on findings*).⁽¹⁰⁾

Apabila tahap 1 – 3 dari CBR telah diterapkan, maka tahap keempat atau tindak lanjut dari temuan dapat dilakukan melalui beberapa kegiatan yang bertujuan untuk mengaplikasikan hasil penelitian agar terjadi perubahan dalam masyarakat sesuai dengan harapan yang sudah dilakukan dalam *research planning*. Kegiatan tersebut meliputi pendampingan, penyusunan, pengorganisasian di pesantren dalam pencegahan dan pengendalian COVID-19, pendampingan agar pondok pesantren dapat menggalang kemitraan secara mandiri untuk optimalisasi kegiatan, pemberdayaan masyarakat pondok pesantren dalam meningkatkan literasi kesehatan. Dan pendampingan pelaksanaan PHBS santri oleh duta PHBS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan mengikuti alur dari metode CBR yang ada. Pada tahapan pertama dilakukannya peletakan dasar (*laying the foundation*), yaitu dengan mendampingi pesantren dalam pembuatan kebijakan yang berkaitan dengan kondisi pandemi Covid-19. Tim pengabdian masyarakat melakukan pendampingan dengan melibatkan masyarakat pesantren itu sendiri secara aktif dan dominan dalam penyusunan kebijakan. Kebijakan yang dibuat dapat berupa intruksi atau himbauan untuk internal pesantren. Adapun tahapan yang diterapkan dalam pembuatan

kebijakan adalah identifikasi potensi masalah di pesantren yang merupakan faktor risiko penularan COVID-19, identifikasi kebijakan pencegahan dan pengendalian COVID-19 di internal pesantren maupun kebijakan pemerintah yang sudah ada, merumuskan, menetapkan serta mengesahkan kebijakan, menyosialisasikan kebijakan tersebut, melakukan pemantauan dan pengawasan terhadap penerapan kebijakan dan penyempurnaan kebijakan apabila diperlukan.

Didapatkan hasil bahwa Kebijakan pencegahan dan pengendalian Covid-19 di Pondok Pesantren Al Amin yaitu kebijakan Ketika akan memasuki Pondok di awal tahun ajaran baru, kebijakan berkunjung bagi wali santri, kebijakan melakukan kegiatan sehari-hari di Pondok, kebijakan kegiatan mengaji.

Tahapan kedua yang dilakukan dalam metode CBR adalah perencanaan penelitian (*research planning*) yang mana tim pengabdian melakukan analisis situasi untuk mendapatkan data dasar yang dapat digunakan oleh Pesantren untuk penyelenggaraan kegiatan pencegahan pengendalian Covid-19. Adapun langkah untuk analisis situasi adalah dengan identifikasi kondisi pondok pesantren, pengamatan atas faktor perilaku dan non perilaku berisiko, analisis potensi sumber daya pesantren, identifikasi potensi hambatan dan peluang pelaksanaan kegiatan (hal ini dilakukan selaras bersamaan dengan tahap ke empat dalam metode CBR yaitu aksi atas temuan), dan penetapan kegiatan pokok (hal ini dilakukan selaras bersamaan dengan tahap ke empat dalam metode CBR yaitu aksi atas temuan).

Berikut merupakan data yang didapatkan dari analisis situasi:

Tabel 1. Analisis Situasi Pondok Pesantren Al Amin

No.	Kondisi Pondok Pesantren	Keterangan
1.	Jumlah santri	Putri: 56 Putra : 56
2.	Jumlah Ustadz/Ustadzah yang mukim di Pondok	5
3.	Jumlah dan kondisi asrama	Putri: 5 (setiap kamar 8-15 santri) Putra : 10 (setiap kamar 5-6 santri)
4.	Jumlah dan kondisi toilet	Putri : 11 Putra : 4
5.	Jumlah dan kondisi tempat ibadah	1 masjid, laik sehat

6.	Jumlah dan kondisi sarana CTPS	Putri : 5 Putra : 5
7.	Jumlah dan kondisi ruang tamu	Putri : 1 Putra : 1

Dari data yang termuat di tabel 1, kemudian dilakukan observasi lapangan menggunakan form Inspeksi Kesehatan Lingkungan Pondok Pesantren dan dihasilkan nilai 57,14% yang termasuk dalam kategori jelek.

Tahap penerapan metode CBR yang ketiga yaitu pengumpulan dan analisis data (*information gathering and analysis*) yang dilakukan sejalan bersamaan dengan analisis situasi pada tahapannya sebelumnya. Dari pengumpulan data yang dilakukan, didapatkan data kondisi lingkungan pondok pesantren dan PHBS santri yang menjadi dasar dalam melakukan kegiatan. Setelah tiga tahapan dari metode CBR diterapkan, dilakukan tindak lanjut yang menerapkan tahap terakhir dalam CBR yaitu aksi atas temuan (*acting on findings*).

Pada tahap terakhir dalam metode CBR ini dilakukan melalui beberapa kegiatan yang bertujuan untuk mengaplikasikan hasil penelitian agar terjadi perubahan dalam masyarakat sesuai dengan harapan yang sudah dilakukan dalam *research planning*.

Pendampingan Penyusunan Pengorganisasian di Pesantren dalam Pencegahan dan Pengendalian Covid-19

Dalam kegiatan ini, dengan pendampingan dari tim pengabdian masyarakat, Pimpinan Pesantren sebagai wujud komitmen dalam pencegahan dan pengendalian COVID-19 di lingkup pesantren yaitu melakukan pengorganisasian dengan membentuk Tim Satuan Gugus Tugas di Pesantren (Satgas Pesantren) dan duta PHBS santri berdasarkan hasil analisis situasi dan dengan pendampingan dari tim pengabdian masyarakat. Tim Satuan Gugus Tugas dan duta PHBS santri dibentuk berdasarkan Surat Keputusan Pimpinan Pesantren (Yayasan). Dalam SK tersebut juga terdapat tupoksi masing-masing.

Pendampingan agar Pondok Pesantren Dapat Menggalang Kemitraan Secara Mandiri Untuk Optimalisasi Kegiatan

Dengan terbentuknya tim satuan gugus tugas, selanjutnya dengan pendampingan tim pengabdian kepada masyarakat pesantren akan melakukan kemitraan dengan tim satuan gugus tugas pencegahan dan pengendalian Covid-19

tingkat kecamatan atau desa, dan juga mitra potensial lainnya.

Pemberdayaan Masyarakat Pondok Pesantren dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan

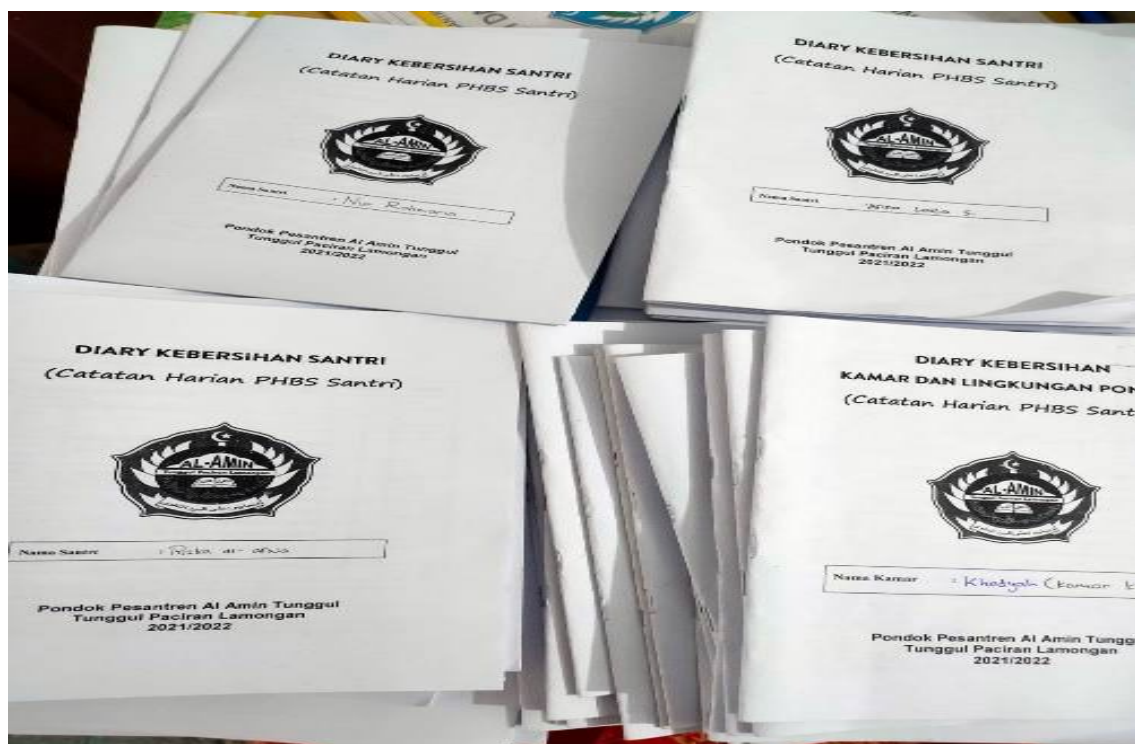
Kegiatan pemberdayaan masyarakat pondok pesantren ini terbagi ke dalam empat jenis kegiatan yang dilakukan. Kegiatan tersebut yaitu:

1. Membentuk duta PHBS santri yang terdiri dari 1 duta santri putra dan 1 duta santri putri.
2. Pendampingan pembuatan media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) guna tersedianya media untuk mendukung kegiatan pencegahan dan pengendalian Covid-19 di pesantren dan Tersedianya media yang dapat memberikan informasi yang benar terkait dengan pencegahan Covid-19.

3. Melakukan KIE melalui penyuluhan yang interaktif terkait PHBS untuk membangun suasana dan memotivasi masyarakat pesantren untuk menerapkan PHBS pencegahan Covid-19, agar masyarakat pesantren ikut berperan aktif, sehingga dapat memberikan informasi yang benar kepada masyarakat pesantren.

4. Pendampingan pembuatan buku harian santri dan meningkatkan peran serta santri melalui Buku Harian Santri di Pondok "SAJA" (Saling Jaga).

Media KIE yang telah berhasil dibuat oleh masyarakat pesantren dapat diakses pada link <https://bit.ly/MediaKIEAlAminLamongan> dan berikut adalah buku harian santri yang telah dibuat.



Gambar 1. Buku Harian Santri di Pondok "SAJA" (Saling Jaga)

Pendampingan Pelaksanaan PHBS Santri oleh Duta PHBS

Duta santri terpilih dapat melaksanakan tugas dengan baik, sehingga perilaku hidup bersih dan sehat dapat terwujud di semua lapisan masyarakat pondok pesantren. Selama penerapan kegiatan dengan pendampingan dari tim pengabdian masyarakat, indikator keberhasilan pelaksanaan PHBS santri yaitu 75% yang

dihitung dari kenaikan jumlah ceklis kegiatan santri di buku harian santri di Pondok Saja (Saling Jaga). Indikator PHBS dalam buku harian santri tersebut meliputi kebersihan kamar (membersihkan dan merapihkan tempat tidur, melakukan piket kebersihan sesuai jadwal, membuang sampah di tempat sampah), dan kebersihan serta kebugaran santri (1) mandi pagi – sore dan menggosok gigi, 2) makan makanan

pokok yang disediakan dan tidak membuang makanan, 3) minum air putih minimal 9 gelas setiap hari, 4) mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, 5) menggunakan alat makan, alat mandi, alat ibadan pribadi, 6) memakai masker bersih, 7) tidak merokok, 8) tidak begadang, 9) mengganti baju setiap hari dan mencuci baju kotor, 10) beraktifitas fisik minimal 30 hari, 11) mengganti mukenah minimal 1 minggu sekali, 12) menjemur alas tidur, 13) mencuci selimut minimal 1 bulan sekali. Para santri masih perlu pendampingan oleh ustadz/ustadzah dalam penerapan PHBS sehingga indikator PHBS dapat tercapai 100%.

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat “Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pondok Pesantren di Era Adaptasi Kebiasaan Baru” telah dilaksanakan dengan sukses dalam kegiatan pendampingan penyusunan kebijakan pencegahan dan pengendalian Covid-19, analisis situasi pondok, pendampingan penyusunan pengorganisasian di pesantren dalam pencegahan dan pengendalian Covid-19, pendampingan pondok pesantren untuk dapat menggalang kemitraan secara mandiri, pemberdayaan masyarakat pondok dengan beberapa kegiatan di dalamnya, dan pendampingan pelaksanaan PHBS oleh duta PHBS santri. Pemberdayaan masyarakat pondok salah satunya adalah pembuatan media KIE oleh masyarakat pondok.

Dari pendampingan oleh tim pengabdian masyarakat, masyarakat pondok telah mampu membuat organisasi untuk pencegahan penularan Covid-19, membuat media KIE yang disebar ke seluruh pesantren, dan juga dapat membuat buku harian santri “SAJA” (Saling Jaga).

Setelah kegiatan-kegiatan tersebut dilakukan, diharapkan masyarakat pesantren dapat meneruskan penerapannya di kehidupan sehari-harinya meskipun tidak ada pendampingan dari tim pengabdian masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah menyetujui dan mendanai kegiatan ini melalui Keputusan Rektor Universitas Airlangga No. 388/UN3/2021. Juga kepada mitra pengabdian kepada masyarakat kami yaitu pondok pesantren Al Amin Lamongan dan mahasiswa FKM Unair.

DAFTAR PUSTAKA

1. Shereen M, Khan S, Kazmi A, Bashir N S. Covid-19 infection: Origin, transmission, and characteristics of human coronaviruses. *J Adv Res.* 2020;24(9):1–8.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR HK.01.07/MENKES/413/2020 TENTANG PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19) [Internet]. Indonesia; 2020. hal. 207. Tersedia pada: <https://covid19.go.id/p/regulasi/keputusan-menteri-kesehatan-republik-indonesia-nomor-hk0107menkes4132020>
3. Khifzhon AM. Covid-19 and Indonesia. *Acta Med Indones - Indones j Intern Med.* 2020;52(8):4–9.
4. Azizah KN. Dugaan Kasus Pertama Virus Corona di China Terdeteksi pada November 2019 [Internet]. 2020. Tersedia pada: <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5004285/dugaan-kasus-pertama-virus-corona-di-china-terdeteksi-pada-november-2019>
5. Kawal Covid-19. Kawal informasi seputar COVID-19 secara tepat dan akurat [Internet]. 2020. Tersedia pada: <https://kawalcovid19.id/>
6. Widyawati. Kemenkes Launching Program Peningkatan Kualitas Kesehatan Lingkungan di Pesantren [Internet]. 2020. Tersedia pada: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20200423/3833747/kemenkes-launching-program-peningkatan-kualitas-kesehatan-lingkungan-pesantren/>
7. Utami R, Moose R, Martini M. Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Masyarakat dalam Pencegahan COVID-19 di DKI Jakarta. *J Kesehat Holist.* 2020;4(2):68–77.
8. Aqmaria D, Martini M, S Y. Gambaran Praktik Pencegahan Covid-19 Pada Mahasiswa Di Kota Semarang (Studi Pada Tiga Perguruan Tinggi Di Kota Semarang). *JIM.* 2021;11(2):39–42.
9. Mulligan M, Nadarajah Y. Working on the Sustainability of Local Communities

- with a 'Community-Engaged' Research Methodology. *Local Environ.* 2008;13(2):81-94.
10. Hanafi M, Naili N, Salahuddin N, Riza A, Zuhriyah L, Muhtarom, et al. *Panduan Merancang dan Melaksanakan Penelitian Bersama Komunitas*. LPPM UIN Sunan Ampel Surabaya. 2015.