

## **PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN PONDOK MODERN SELAMAT KENDAL**

**Yeni Selfia<sup>1</sup>, Nanik Hidayati<sup>2</sup>, Neli Hajar<sup>3</sup>, & Ermayana Megawati<sup>4</sup>.**

<sup>1,2&4</sup>Fakultas Teknik dan Rekayasa, Universitas Selamat Sri

<sup>3</sup>Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Selamat Sri

Email: [yeniselfia@gmail.com](mailto:yeniselfia@gmail.com), [pwknanik@gmail.com](mailto:pwknanik@gmail.com), [meronapagi@gmail.com](mailto:meronapagi@gmail.com), [ermayana1802@gmail.com](mailto:ermayana1802@gmail.com)

---

**ABSTRACT:** Pondok Modern Selamat is one of the largest Islamic boarding schools in Kendal Regency, Central Java. This Islamic boarding school is based on a formal educational institution accompanied by religious education. During the Covid-19 pandemic there had never been any activities related to increasing awareness about clean and healthy living habits in the school environment, so that in September 2020 there were 14 santri and 1 positive employee exposed to Covid-19. This has led to the need to conduct education on clean and healthy living habits in the Pondok Modern Selamat environment. The purpose of this activity is to provide understanding to students, educators and pesantren managers about the importance of a clean and healthy lifestyle in the Pondok Modern Selamat environment. The method used is lectures to explain the study material, question and answer to find out the level of understanding of the students about the material presented, and simulation giving examples of procedures for implementing clean and healthy living habits in the school environment directly. This activity has increased the knowledge and awareness of the students of the importance of implementing clean and healthy living habits in the school environment, this can be seen from the results of the questions and answers that have been in accordance with the correct instructions for implementing clean and healthy living habits in the school environment.

**Keywords:** PHBS, Islamic Boarding School, Covid-19.

---

**ABSTRAK:** Pondok Modern Selamat merupakan salah satu pondok pesantren terbesar di Kabupaten Kendal, Jawa Tengah. Pondok pesantren ini berbasis lembaga pendidikan formal yang disertai pendidikan agama. Selama masa pandemi Covid-19 belum pernah diadakannya kegiatan yang berkaitan dengan peningkatan kesadaran tentang perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, sehingga pada September 2020 terdapat 14 santri dan 1 pegawai positif terpapar Covid-19. Hal ini menyebabkan perlu dilakukan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat. Tujuan kegiatan ini memberikan pemahaman kepada santri, pendidik dan pengelola pesantren tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat. Metode yang digunakan adalah ceramah untuk memaparkan materi kajian, tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana tingkat pemahaman santri mengenai materi yang disampaikan, dan simulasi pemberian contoh tata cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah secara langsung. Kegiatan ini telah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran santri akan pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, hal ini terlihat dari hasil tanya jawab yang telah sesuai dengan arahan tata cara yang benar dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** PHBS, Pondok Pesantren, Covid-19.

---

## PENDAHULUAN

Pondok Modern Selamat (PMS) merupakan salah satu pondok pesantren terbesar di Kabupaten Kendal Jawa Tengah. Pondok Modern Selamat memiliki dua cabang dengan lokasi yang berbeda yaitu Pondok Modern Selamat Kendal didirikan sejak tahun 1992 dan Pondok Modern Selamat Batang didirikan pada tahun 2012. Pondok pesantren ini berbasis lembaga pendidikan formal disertai pendidikan agama dengan salah satu tujuan yaitu membentuk anak didik yang berakhlakul karimah yang dapat hidup di tengah laju perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Pondok Modern Selamat Kendal berdiri diatas tanah seluas 18 Hektar di Desa Jambearum RT 01 RW 01 Kecamatan Patebon Kabupaten Kendal. Letaknya di pinggir jalur arteri Pantura Semarang-Batang di Jalan Soekarno-Hatta Km.03. Lembaga pendidikannya mulai dari tingkat SMP hingga SMA. Sekolah tingkat SMP terdiri dari SMP PMS dan SMP Unggulan PMS, sedangkan sekolah tingkat SMA terdiri dari SMA PMS dan SMA Unggulan PMS. Sekolah-sekolah ini sudah terakreditasi A.

Pembangunan kesehatan merupakan upaya dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi seluruh santri pondok pesantren agar terwujud derajat kesehatan setinggi-tingginya (Khafid *et al*,

2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tatanan pesantren merupakan perpaduan dari tatanan institusi pendidikan dan tatanan rumah tangga yang bertujuan untuk membudidayakan PHBS bagi santri, pendidik dan pengelola pesantren agar mampu mengenali dan mengatasi masalah-masalah kesehatan di lingkungan pesantren dan sekitarnya (Zuhriya, 2015).

Selama masa pandemi Covid-19 belum pernah diadakannya kegiatan yang berkaitan dengan peningkatan kesadaran santri tentang perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat, sehingga pada bulan September tahun 2020 terdapat 14 santri dan 1 pegawai Pondok Modern Selamat Kendal positif terpapar Covid-19. Hal inilah yang menyebabkan perlunya dilakukan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal.

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan pemahaman khususnya kepada santri, pendidik dan pengelola pesantren tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal.

## METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal, yaitu:

1. Ceramah, sesi memaparkan materi kajian tentang contoh perilaku hidup bersih dan sehat, pengertian perilaku hidup bersih dan sehat, manfaat perilaku hidup bersih dan sehat, perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, dan komponen sanitasi sekolah.
2. Tanya jawab, sesi ini membahas mengenai sejauh mana tingkat pemahaman santri, pendidik dan pengelola pondok mengenai materi yang disampaikan.
3. Simulasi, pemberian contoh secara langsung cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal.

Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal ditujukan kepada santri, pendidik dan pengelola pesantren. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak 35 orang. Beberapa langkah yang harus diterapkan di lingkungan sekolah, yaitu:

1. Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan
2. Mengonsumsi jajanan sehat
3. Menggunakan jamban bersih dan sehat
4. Olahraga yang teratur
5. Memberantas jentik nyamuk
6. Tidak merokok di lingkungan sekolah
7. Membuang sampah pada tempatnya
8. Melakukan kerja bakti bersama di lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal berjalan dengan lancar. Pihak pengelola pondok, Kepala Sekolah dan jajarannya ikut serta membantu mempersiapkan lokasi dan mengkoordinasi seluruh peserta. Tempat yang digunakan untuk melaksanakan kegiatan tersebut adalah salah satu aula pondok.



**Gambar 1. Kebersamaan dengan Kepala Sekolah Pondok Modern Selamat beserta jajarannya.**

Kegiatan diawali dengan perkenalan oleh para pemateri lalu dilanjutkan dengan pemaparan materi tata cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah seperti cara mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan melakukan kerja bakti bersama di lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat. Kegiatan pemberian materi berlangsung

selama kurang lebih 30 menit dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.



**Gambar 2. Penyampaian materi oleh pemateri.**

Permasalahan kesehatan yang dihadapi santri-santri tidak beda dengan permasalahan yang dihadapi anak sekolah umum bahkan bagi santri yang berbeda di pondok pesantren akan bertambah lagi dengan masalah kesehatan lingkungan yang ada di pondok yang mereka tempati (Sari, 2018). Dengan adanya kegiatan ini akan menambah wawasan serta kesadaran para santri akan pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

Selama kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal berlangsung, seluruh peserta terlihat sangat antusias. Kesadaran santri juga terlihat mulai meningkat, hal ini terlihat dari hasil tanya jawab yang telah sesuai dengan arahan tata cara yang benar dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah.



**Gambar 3. Kebersamaan dengan santri Pondok Modern Selamat.**

## SIMPULAN

Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal mendapat dukungan yang baik dari semua pihak pondok pesantren sehingga kegiatan tersebut dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan ini telah meningkatkan pengetahuan para santri, pendidik dan pengelola pesantren mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal sebagai salah satu upaya mengurangi resiko penyebaran Covid-19.

Peningkatan pemahaman dilakukan dengan memberi materi mengenai tata cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat

di lingkungan sekolah seperti cara mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan melakukan kerja bakti bersama di lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat. Kemudian mempraktikkan dan berdiskusi bersama.

Kegiatan ini telah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para santri akan pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Hal ini terlihat dari hasil tanya jawab yang telah sesuai dengan arahan tata cara yang benar dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Selama kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Pondok Modern Selamat Kendal berlangsung, seluruh peserta terlihat sangat antusias.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Khafid, M., Ainiyah, N., Maimunah, S. 2019. *“Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pondok Pesantren Nurul Huda Surabaya”*The Indonesia Journal of Health Science Vol. 11 No. 2 Desember 2019, hal. 177-181.
- Sari, R. W. 2018. *Pengembangan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Kalangan Santri*. Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo.

- Zuhriya, R. I. 2015. *“Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Santri di Pondok Pesantren MAMBA’US SYAFA’ATILQUR’AN”*Jurnal Ners dan Kebidanan Vol. 2 No. 3 Desember 2015, hal. 242-247.