

IMPLEMENTASI PHBS DENGAN DUKUNGAN BUDAYA 5R DALAM PENGELOLAAN LINGKUNGAN BERSIH DAN SEHAT DI PONDOK PESANTREN

Fany Apriliani¹⁾, Henny Endah Anggraeni²⁾, Ika Resmeiliana³⁾, Yudith Vega
Paramitadevi⁴⁾

^{1,2,3,4}Sekolah Vokasi, Institut Pertanian Bogor, Bogor, Jawa Barat
email: fany.apriliani@apps.ipb.ac.id

Received: 18/10/2022| **Revised:** 13/11/2022| **Accepted:** 02/12/2022|

Abstract

Islamic boarding schools are national education providers based on the Islamic curriculum and general education. Education and health must move in tandem so that students can study and do activities well. Problems that often occur in Islamic boarding schools are related to the application of clean and healthy living behavior (CHLB) and 5R culture. The purpose is to know the implementation of CHLB and 5R culture in women's boarding school Thoyyibah Al Islami, Bogor. The methods are training, questionnaires, observation, and designing guide booklets. The results show that the student's understanding of the 5R culture and PHBS reached 89.5% and 98.3%, respectively. In its implementation, all students stated that they always use the toilet to bathe and defecate, use clean water, and do not smoke or consume drugs. Furthermore, 84.8% of students stated that they always clean their bedrooms and the environment regularly. They always wash their hands with soap and running water reaching 72.7%, and always dispose of garbage in the proper place reaching 69.7%. Meanwhile, students who always consume nutritious food and eradicate mosquitoes are relatively low, at 51.5% and 42.4%, respectively. The guide booklet is designed to increase participation in sustainably managing a clean and healthy environment.

Keywords: CHLB, 5R, Good Housekeeping, Islamic Boarding School, Environment

Abstrak

Pesantren merupakan penyelenggara pendidikan nasional berdasarkan kurikulum pesantren dan pendidikan umum. Pendidikan dan kesehatan harus bergerak sejalan, agar santri dapat belajar dan beraktifitas dengan baik. Permasalahan yang sering terjadi di pondok pesantren yaitu terkait dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta budaya 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat dan Rajin). Tujuan kegiatan adalah mengetahui implementasi PHBS dan budaya 5R di pondok pesantren. Objek kajiannya yaitu pondok pesantren putri Thoyyibah Al Islami kota Bogor. Metode yang digunakan adalah sosialisasi PHBS dan budaya 5R, menggunakan kuesioner, evaluasi dengan pendekatan observasi, dan merancang booklet panduan. Hasil evaluasi menunjukkan pemahaman para santri terhadap budaya 5R dan PHBS masing-masing mencapai 89,5% dan 98,3%. Dalam implementasinya, seluruh santri menyatakan selalu menggunakan toilet untuk mandi dan buang air, menggunakan air bersih, dan tidak merokok maupun mengkonsumsi NAPZA. Sebanyak 84,8% santri menyatakan selalu membersihkan kamar tidur dan lingkungan pondok secara rutin. Santri yang selalu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir mencapai 72,7%. Santri yang selalu membuang sampah pada tempatnya mencapai 69,7%. Sedangkan santri yang selalu mengkonsumsi makanan bergizi dan memberantas nyamuk relatif rendah, masing-masing 51,5% dan 42,4%. Adapun booklet panduan bertujuan meningkatkan peran serta seluruh pihak di pesantren dalam pengelolaan lingkungan bersih dan sehat secara berkesinambungan.

Kata Kunci: PHBS, 5R, Good Housekeeping, Pesantren, Lingkungan

PENDAHULUAN

Dalam Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan

Nasional menjelaskan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana, untuk mewujudkan suasana belajar dan

proses pembelajaran yang secara aktif dapat mengembangkan potensi para peserta didik. Terutama agar mereka memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Hal tersebut tidak terlepas dari peran yang dilaksanakan oleh pesantren sebagai bagian dari penyelenggara pendidikan nasional (Kemendikbud RI, 2003).

Ruang lingkup fungsi pesantren sebagaimana tertuang dalam Undang-Undang RI Nomor 18 tahun 2019 meliputi; pendidikan, dakwah dan pemberdayaan masyarakat. Dalam penyelenggaraan pendidikan di pesantren, pemerintah pusat dan pemerintah daerah sesuai dengan kewenangannya, perlu memfasilitasi pondok pesantren yang memperhatikan aspek daya tampung, kenyamanan, kebersihan, kesehatan dan keamanan (Kemenag RI, 2018).

Adapun aspek sasaran primer institusi pendidikan yang tertera dalam Permenkes RI Nomor 2269 tahun 2011 adalah harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan institusi pendidikan ber-PHBS. Cakupannya antara lain mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak mengonsumsi Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA), tidak meludah di sembarang tempat, memberantas jentik nyamuk dan lain-lain (Kemenkes, 2011).

Pesantren perlu menerapkan program promosi kesehatan, dengan tujuan untuk meningkatkan level kesehatan seluruh warga pesantren, termasuk implementasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Para santri yang tinggal bersama-sama dalam jangka waktu yang lama berpeluang menghadapi berbagai permasalahan kesehatan. Keluhan kesehatan yang sering

muncul di kalangan para santri yaitu scabies, gangguan pencernaan, dan penyakit saluran pernafasan. Hal tersebut disebabkan karena santri belum melaksanakan program PHBS dengan baik. Tingkat pengetahuan mereka pun mengenai PHBS masih rendah. Disamping itu, peran guru terhadap praktik PHBS juga masih kurang (Khafid, Aniniyah, & Maimunah, 2019).

Penyakit infeksi kulit seperti Pityriasis versicolor (panu) juga ditemukan pada kalangan santri. Kejadian infeksi jamur berlebihan pada kulit karena perilaku santri sering bertukar pakaian dengan teman sekamar, kurangnya fasilitas air bersih, serta santri menggunakan air kolam yang keruh dan kecokelatan saat air ledeng tidak mengalir, khususnya pada musim kemarau (Nazaria, Natalia, & Rahmayanti, 2017).

Penyakit saluran pernafasan seperti sesak nafas, batuk, pilek hingga kasus Tuberkulosis (TB) juga banyak teridentifikasi di lingkungan pondok pesantren. Faktor penyebab penularan di pondok pesantren pada dasarnya santri mengetahui mengenai PHBS, namun pengetahuan ini hanya sebatas pemahaman dan belum maksimal dalam penerapannya. Oleh karena itu, kesadaran praktik PHBS para santri harus ditingkatkan (Asfiya, Prabamurti, & Kusumawati, 2021). Selain itu, edukasi penerapan PHBS kepada para santri sangatlah penting, sebagai salah satu upaya mencegah penularan Covid-19. Sebab pondok pesantren merupakan salah satu tempat yang rentan dalam penularan virus Covid-19 (Istighosah et al, 2021; Aisyah et al, 2022; Irfan, Widyastuti, & Handayani, 2022; Zuliana, Firdayanti, Putri, & Nurkhalim, 2022).

Adanya kebijakan promosi kesehatan di pondok pesantren turut berpengaruh secara signifikan terhadap pola PHBS para santri (Astuti, Mifbakhuddin, Nurullita, Larasati, & Prasetyo, 2016; Supriatna, Indasah, & Melda, 2020). Langkah nyata untuk menunjang PHBS adalah dimulai

dengan komitmen bersama menerapkan good housekeeping melalui budaya 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat dan Rajin). Budaya 5R merupakan fondasi dasar untuk membangun pola pikir positif dalam mendukung setiap aktivitas di berbagai bidang (Apriliani, Fewidarto, & Indrawan, 2021; Boris, 2006; Osada, 2004).

Budaya 5R merupakan tahapan yang dilakukan sebagai usaha untuk memelihara ketertiban, yang berdampak pada peningkatan produktivitas dan kedisiplinan personal (Siregar, Asmarani, Alichia, & Magdalena, 2021). Budaya 5R dapat dilakukan dengan cara membiasakan memilah barang sesuai kebutuhan, menata setiap fasilitas sesuai fungsi dan tata letaknya, melakukan pembersihan secara teratur, mengulangi semua aktivitas tersebut secara rutin dengan pemantapan standar, dan membiasakan disiplin. Budaya 5R secara signifikan dapat berdampak pada peningkatan kesehatan dan keselamatan kerja, produktivitas, efisiensi, tata graha (good housekeeping), serta membangun etos kerja yang lebih kuat bagi setiap personil untuk terus melanjutkan best practice (Agrahari, Dangle, & Chandratre, 2015; Deshpande, Damle, Patel, & Kholamkar, 2015).

Proses pendidikan dan pengelolaan kesehatan sudah selayaknya bergerak seiring dan sejalan. Kesehatan merupakan dasar bagi santri untuk dapat belajar dan beraktifitas dengan baik. Selama ini implementasi budaya 5R dan PHBS seolah-olah seperti terpisah, berjalan masing-masing, dan tidak saling beriringan. Padahal, kebiasaan 5R dan PHBS dapat saling melengkapi satu sama lain. Oleh karena itu, terdapat urgensi untuk mengetahui implementasi PHBS dengan dukungan budaya 5R dalam menunjang pengelolaan lingkungan bersih dan sehat di pondok pesantren.

METODE KEGIATAN

Metode yang digunakan melalui 3 tahapan, yaitu: practical training, evaluasi

dengan pendekatan observasi, dan merancang booklet panduan. Objek kajian di pondok pesantren

Isu-isu penting terkait PHBS, good housekeeping, kondisi fasilitas dan lingkungan pondok pesantren merupakan informasi yang dikumpulkan sejak masa penjajakan kegiatan. Hal tersebut sebagai kerangka dasar dalam penyusunan materi pelatihan, persiapan bahan praktik dan pembuatan kuesioner. Pelatihan dan praktik bersama para santri mengenai PHBS dipadukan dengan prinsip budaya 5R. Media pembelajarannya dilengkapi dengan poster dan pamflet agar lebih informatif, aplikatif dan menarik.

Para santri mengisi kuesioner tentang pemahaman dan praktik budaya 5R dengan PHBS. Hasil evaluasi dianalisis secara deskriptif. Selanjutnya, melakukan identifikasi permasalahan terkait praktik PHBS dan menyusun alternatif solusinya. Tahap terakhir adalah membuat booklet panduan dengan tema implementasi budaya 5R, PHBS dan pencegahan scabies. Booklet dirancang sebagai usaha untuk meningkatkan peran serta seluruh pihak di pondok pesantren, dalam memantapkan pengelolaan lingkungan bersih dan sehat secara berkesinambungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan di pondok pesantren putri Thoyyibah Al Islami, kota Bogor, pada bulan Oktober 2021. Kegiatan ini diikuti oleh para santri putri dan pengurus pesantren. Jumlah peserta seluruhnya sebanyak 68 orang. Para santri merupakan peserta didik pada jenjang pendidikan Madrasah Tsanawiyah (MTs) dan Madrasah Aliyah (MA). Mereka berada pada rentang usia 11-17 tahun. Mereka sudah tinggal di pondok pesantren mulai dari 3 bulan hingga 5,5 tahun.

Pelatihan budaya 5R kepada para santri adalah praktik good housekeeping yang meliputi: pemilahan barang sesuai kebutuhan (manajemen stratifikasi), penataan barang (manajemen fungsi dan

tata letak), kegiatan pembersihan, standarisasi perawatan fasilitas, serta memotivasi para santri untuk disiplin dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari (Gambar 1).



Gambar 1. Praktik 5R

Pada pelatihan PHBS, para santri diajarkan untuk rajin mencuci tangan menggunakan sabun dengan air bersih mengalir, menggunakan air bersih untuk keperluan sehari-hari, menggunakan toilet untuk mandi dan buang air, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi. Para santri juga diajarkan untuk memelihara kesehatan gigi dan mulut, melakukan aktifitas fisik secara rutin, tidak merokok, tidak mengonsumsi Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA), memberantas jentik nyamuk, membuang sampah pada tempat yang telah disediakan, serta pencegahan penularan scabies (Gambar 2).



Gambar 2. Pelatihan PHBS

Media pembelajaran sekaligus promosi kesehatan yang digunakan saat pelatihan, yaitu poster dan pamflet. Informasi yang disajikan berupa tata cara cuci tangan yang benar; komposisi gizi seimbang dengan panduan isi piringku; pencegahan dan penanganan penyakit diare, maag, infeksi saluran pernafasan atas (ISPA), dan scabies. Media poster dan

pamflet digunakan agar pembelajaran para santri lebih informatif, aplikatif dan menarik (Gambar 3).



Gambar 3. Poster dan pamflet sebagai media promosi kesehatan

Hasil observasi menunjukkan bahwa budaya 5R sudah dikenal oleh para santri. Pengalaman belajar mereka tentang pembiasaan budaya 5R langsung dari para guru dan pengurus pesantren. Para santri menyatakan bahwa pesantren menegakan peraturan untuk menerapkan budaya ringkas, rapi, resik, rawat dan rajin dalam kegiatan sehari-hari.

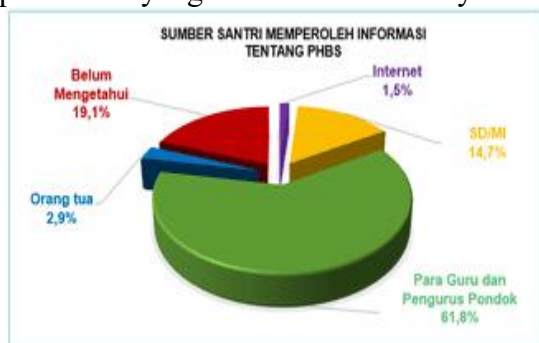
Pembiasaan budaya 5R merupakan langkah awal dan fondasi dasar untuk meningkatkan produktivitas dalam berbagai aspek kehidupan. Melalui budaya 5R, kebiasaan disiplin personal dibangun. Hasil evaluasi terhadap kebiasaan para santri dalam menerapkan manajemen pemilahan, penataan barang berdasarkan fungsi dan tata letak, kegiatan pembersihan, dan pemantapan dengan standarisasi menunjukkan capaian hingga 89,5%. Hal tersebut merupakan daya dukung yang baik bagi para santri dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan demikian, pemantapan budaya 5R dapat bersinergi dengan penerapan PHBS secara berkesinambungan.

Program PHBS di pondok pesantren bertujuan untuk melindungi, memelihara dan meningkatkan kesehatan seluruh warga pesantren baik secara fisik, mental, spiritual dan sosial. Hasil evaluasi menunjukkan 79,4% santri pernah mendapatkan informasi tentang PHBS (Gambar 4).



Gambar 4. Santri mendapat informasi tentang PHBS

Penanaman nilai-nilai PHBS di pesantren merupakan kebutuhan mutlak yang harus ditanamkan sedini mungkin kepada para santri. Sebanyak 61,8% santri menyatakan bahwa sumber mereka memperoleh informasi tentang PHBS berasal dari para guru dan pengurus pondok pesantren. Selebihnya, para santri telah memperoleh informasi PHBS sejak di Sekolah Dasar (SD)/Madrasah Ibtidaiyah (MI) (14,7%), dari orang tua (2,9%), dan juga dari internet (1,5%). Namun sebanyak 19,1% santri belum mengetahuinya (Gambar 5). Oleh karena itu, kegiatan ini menjadi momentum yang tepat untuk mensosialisasikan dan melatih praktik PHBS kepada para santri, terutama kepada para santri yang belum memahaminya.



Gambar 5. Sumber para santri memperoleh informasi PHBS

Hasil evaluasi pasca pelatihan menunjukkan pemahaman para santri terhadap konsep dan praktik PHBS mengalami peningkatan hingga mencapai 98,3%. Para santri memahami bahwa manfaat yang dapat mereka rasakan dari implementasi PHBS antara lain meningkatkan semangat belajar, mencegah

penyebaran penyakit, serta memiliki bekal pengetahuan, kesadaran dan standar PHBS. Semakin dini santri dikenalkan dengan PHBS dibawah bimbingan para guru, maka semakin melekat PHBS dalam kehidupannya sehari-hari. Dengan demikian, para santri berpotensi menjadi agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat.

Gambaran implementasi PHBS di pondok pesantren Thoyyibah Al Islami ini merujuk pada Permenkes RI Nomor 2269 tahun 2011. Hasil evaluasi menunjukkan seluruh warga pesantren menggunakan toilet untuk kebutuhan mandi dan buang air. Toilet dibangun berukuran sekitar 1,5 x 1,5 meter, masing-masing dilengkapi dengan closet angsa. Kebersihan toilet menjadi tanggung jawab bersama para santri. Bahkan pada tahun 2021, pihak pesantren memperoleh bantuan dari instansi pemerintah untuk membangun toilet tambahan, sehingga rasio jumlah toilet dengan penggunaanya diharapkan semakin sesuai. Seluruh perlengkapan toiletries santri ditempatkan pada wadah khusus, diberi nama, dan diletakkan pada tempat yang telah disediakan.

Dalam pemanfaatan air bersih, Seluruh warga pesantren menggunakan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari, terutama untuk mandi, buang air, mencuci dan memasak. Air yang dipergunakan berasal dari sumber air tanah. Sedangkan untuk minum, warga pesantren membeli air minum dalam kemasan galon.

Dalam menjaga kebersihan diri pribadi, hasil survey menunjukkan para santri mandi dan sikat gigi rata-rata dua hingga tiga kali sehari. Para santri mengganti pakaian bersih rata-rata dua kali sehari. Para santri rata-rata mencuci rambut (keramas) setiap hari. Mereka pun rutin memotong kuku tangan dan kaki satu hingga dua kali dalam sepekan. Para santri berolah raga dua kali dalam sepekan. Sedangkan untuk aktivitas fisik yang secara ideal dilaksanakan 30 menit per hari,

sudah dilakukan oleh para santri, mengingat banyak sekali kegiatan yang mereka lakukan di pesantren setiap hari.

Seluruh santri menyatakan taat pada peraturan untuk tidak merokok maupun mengkonsumsi NAPZA. Santri telah mendapatkan sosialisasi mengenai bahaya rokok dan penggunaan obat-obatan terlarang. Sanksi tegas terhadap pelanggaran peraturan tersebut adalah ancaman drop out dari pesantren.

Pada kegiatan membersihkan kamar tidur dan lingkungan pondok pesantren, hasil evaluasi menunjukkan sebanyak 84,8% santri menyatakan selalu membersihkan kamar tidurnya dan mengikuti kerja bakti bersama-sama. Kegiatan ini masih harus terus ditingkatkan, hingga seluruh santri sepenuhnya sadar dan bergerak untuk selalu membersihkan kamar tidur dan lingkungan pondok pesantren secara rutin. Kamar tidur (kobong) santri putri berkapasitas 12 orang per kamar. Setiap santri memiliki perlengkapan tidur dan lemari pakaian masing-masing. Setiap perlengkapan diberi nama santri sebagai identitas pemilik, agar tidak tertukar atau hilang. Tata letaknya disusun sesuai kenyamanan dan kesepakatan bersama para penghuni kamar. Setiap hari Jum'at pagi merupakan waktu yang diwajibkan bagi para santri untuk melaksanakan kerja bakti bersama-sama (berkhidmad/kegiatan kepondokan). Untuk mencegah agar para santri tidak saling mengandalkan tugas kebersihan kepada sesama temannya. Maka untuk ketertiban bersama, dibuatlah pembagian tugas piket.

Kebiasaan selalu mencuci tangan dengan sabun dan air bersih yang mengalir setidaknya selama 20 detik, hanya dilakukan oleh 72,7% santri. Selebihnya cara mencuci tangannya masih kurang tepat. Cara mencuci tangannya ada yang hanya menggunakan air saja, tapi tidak menggunakan sabun. Ada juga yang mencuci tangan menggunakan air yang tidak mengalir. Cara tersebut perlu

diperbaiki, agar kualitas mencuci tangannya menjadi lebih baik. Para santri diberikan penjelasan cara mencuci tangan yang tepat, sekaligus diberikan pamflet yang berisi lima langkah mencuci tangan pakai sabun sesuai gerakan masyarakat hidup sehat (Germas) Kementerian Kesehatan RI.

Dalam pengelolaan sampah, pihak pesantren telah memberikan fasilitas tempat sampah yang cukup memadai. Ada tong sampah dan bak penampungan sampah. Namun, kebiasaan santri untuk selalu membuang sampah pada tempatnya baru mencapai 69,7%. Selebihnya memang masih didapati sampah-sampah yang dibuang bukan pada tempatnya di area lingkungan pondok pesantren. Upaya untuk mengatasi keadaan ini, para santri dibekali dengan praktik pemilahan sampah dan pengolahan sampah organik, dengan teknik pembuatan lubang biopori dan mengkompos menggunakan media komposter. Dengan demikian, diharapkan kesadaran para santri untuk membuang sampah pada tempatnya, memilah sampah berdasarkan jenisnya, dan mengelola sampah hingga memperoleh nilai tambah (added value), dapat terus tumbuh dan semakin baik.

Setiap hari pihak pesantren menyediakan tiga kali makan utama bagi para santri, yaitu sarapan pagi pada pukul 07.00 WIB, makan siang pada pukul 12.30 WIB, dan makan malam pada pukul 18.30 WIB. Juru masak yang ditugaskan oleh pihak pesantren siap sedia untuk mengolah bahan makanan yang sudah disediakan setiap harinya. Pihak pesantren berupaya untuk menyediakan makanan yang memenuhi nutrisi gizi seimbang. Namun, hasil evaluasi menunjukkan hanya 51,5% santri yang menyatakan selalu mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi, yang terdiri dari sumber makanan pokok seperti nasi, roti, mie, atau umbi-umbian, dan juga dilengkapi dengan lauk pauk, sayur, buah, dan minum minimal 8 gelas sehari. Selebihnya, mereka menyatakan

tidak selalu mengonsumsi makanan dengan anjuran lengkap tersebut. Oleh karena itu, pada kegiatan ini disosialisasikan kepada para santri tentang komposisi gizi seimbang dengan panduan poster isi piringku. Intinya menggambarkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring, terdiri dari 50% buah dan sayur, 50% sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Konsumsi makanan sehat dengan asupan yang cukup, merupakan salah satu kunci mendapatkan tubuh yang sehat. Sistem imunitas tubuh yang baik menjadikan kita terhindar dari penyakit.

Upaya untuk pemberantasan jentik nyamuk, dengan selalu menerapkan 3M (menguras, menutup dan mengubur) baru dilaksanakan oleh para santri sebanyak 42,4%. Kegiatan menguras tempat-tempat penampungan air, menutup rapat tempat penampungan air, dan mengubur barang-barang bekas yang berpotensi menampung air hujan memang belum dilakukan secara rutin. Kegiatan ini harus digalakkan, karena dapat berisiko terjangkit penyakit infeksi yang ditularkan melalui gigitan nyamuk, seperti malaria, demam berdarah, demam chikungunya, hingga penyakit kaki gajah.

Selama periode tahun 2021, keluhan penyakit yang paling banyak dialami oleh para santri adalah keluhan batuk, pilek, bersin-bersin, dan sakit tenggorokan (common cold) hingga mencapai 57,19%. Disusul dengan keluhan gatal-gatal sebesar 13,6%, keluhan lambung dan sakit gigi masing-masing sebesar 10,9%, sesak nafas sebesar 2,7%, masuk angin sebesar 2,0%, serta keluhan pegal-pegal dan tekanan darah rendah masing-masing sebesar 1,4% (Gambar 6). Keadaan ini tentunya menjadi perhatian bersama seluruh warga pesantren, agar meningkatkan imunitas tubuh dengan senantiasa menerapkan good housekeeping dan PHBS secara teratur. Dengan demikian, diharapkan dapat meminimalisir berbagai keluhan penyakit saat ini dan mendatang.



Gambar 6. Penyakit yang dialami para santri pada periode tahun 2021

Secara umum, implementasi PHBS di pondok pesantren Thoyyibah Al Islami ini masih perlu ditingkatkan lagi, terutama pada kebiasaan membersihkan kamar tidur dan lingkungan pondok pesantren, mencuci tangan dengan cara yang tepat, dan membuang sampah pada tempat yang telah disediakan. Hal tersebut dikarenakan masih didapati santri yang tidak melaksanakannya secara rutin. Selanjutnya, mengenai asupan gizi seimbang bagi para santri serta upaya pemberantas jentik nyamuk harus lebih ditingkatkan lagi, karena hasil evaluasi menunjukkan keadaan keduanya masih rendah.

Pada kegiatan ini, tidak hanya poster dan pamflet sebagai media pembelajaran yang digunakan. Booklet panduan juga dirancang untuk mendukung pemantapan pengelolaan lingkungan bersih dan sehat di pondok pesantren. Booklet ini merupakan buku berukuran kecil, tidak lebih dari 30 halaman, dan menyajikan panduan budaya 5R, PHBS dan pencegahan scabies.

Pertama, booklet yang berjudul "Pentingnya Good Housekeeping di Pesantren". Booklet ini menyajikan panduan aktivitas good housekeeping melalui pendekatan budaya 5R. Tahapan teknis kegiatannya dapat diaplikasikan oleh setiap orang. Selain itu, dijelaskan pula faktor-faktor penting yang perlu diperhatikan dalam menyukseskan implementasi 5R, serta hasil nyata penerapan 5R yang telah dilaksanakan oleh pondok pesantren (Gambar 7).



Gambar 7. Booklet panduan implementasi good housekeeping melalui budaya 5R

Kedua, booklet yang berjudul “Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Mewujudkan Santri Berkualitas”. Booklet ini menyajikan panduan aktivitas PHBS dengan penjelasan manfaat dan tahapan teknis yang dapat diaplikasikan oleh setiap orang. Aktivitas PHBS yang dijelaskan dalam booklet ini mengacu pada Gerakan masyarakat hidup sehat (Germas) yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan RI (Gambar 8).



Gambar 8. Booklet panduan implementasi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)

Ketiga, booklet yang berjudul “Pencegahan Penularan Scabies di Pesantren”. Booklet ini menyajikan informasi mengenai apa itu scabies, fase tingkat keparahan scabies, cara penularan scabies, serta panduan bagaimana pencegahan penularan penyakit scabies, juga penanganan dan pengobatannya apabila terinfeksi scabies (Gambar 9).



Gambar 9. Booklet panduan pencegahan penularan scabies di pesantren

Sebagai bukti hak atas kekayaan intelektual, seluruh booklet telah memperoleh surat pencatatan ciptaan dari Kementerian Hukum dan HAM RI. Masing-masing dengan nomor pencatatan: EC00202237552, EC00202237553, dan EC00202237554.

Pemahaman para santri terhadap budaya 5R dan PHBS, jangan berhenti hanya sebatas pemahaman semata. Berbagai usaha untuk dapat mengimplementasikan budaya 5R dan PHBS secara rutin harus diupayakan semaksimal mungkin dalam kehidupan sehari-hari. Sebab cita-cita luhur yang perlu dicapai adalah santri sehat, yang dapat mendukung seluruh sistem menjadi kuat. Santri siaga jiwa dan raga, berarti siap untuk mendarmabaktikan hidupnya untuk sesama, membela tanah air, mempertahankan persatuan bangsa, hingga mewujudkan perdamaian dunia.

SIMPULAN

Pemahaman para santri terhadap konsep dan praktik budaya 5R serta PHBS mengalami peningkatan hingga mencapai 89,5% dan 98,3%. Pembiasaan budaya 5R pada para santri merupakan fondasi dasar dan daya dukung yang baik dalam menerapkan PHBS secara berkesinambungan.

Hasil evaluasi yang menunjukkan kondisi sangat baik adalah seluruh santri selalu menggunakan toilet untuk mandi dan buang air, menggunakan air bersih

untuk kebutuhan sehari-hari, dan tidak merokok maupun mengkonsumsi Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA). Sedangkan kondisi yang masih harus ditingkatkan terutama pada kebiasaan membersihkan kamar tidur dan lingkungan pondok pesantren, mencuci tangan dengan cara yang tepat, dan membuang sampah pada tempat yang telah disediakan.

Disisi lain, terdapat kondisi PHBS yang capaiannya masih rendah yaitu asupan gizi seimbang untuk para santri dan upaya memberantas sarang nyamuk di lingkungan pondok pesantren. Keadaan ini harus digalakkan karena menyangkut imunitas tubuh serta risiko terjangkit penyakit infeksi akibat gigitan nyamuk.

Civitas pesantren perlu saling bekerjasama dan bergerak aktif untuk memperbaiki kondisi implementasi 5R dan PHBS yang belum tercapai, serta mengevaluasi pengelolaannya secara rutin dan sistematis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) IPB, Sekolah Vokasi IPB, serta Pondok Pesantren Thoyyibah Al-Islami kota Bogor yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan ini dengan baik. Besar harapan kami agar kerjasama dalam kegiatan penelitian dan pengabdian masyarakat dapat terus berlanjut. Semoga setiap kegiatan dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi semua pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agrahari, R. S., Dangle, P. A., & Chandratre, K. V. (2015). Implementation Of 5S Methodology in The Small Scale Industry: A Case Study. *International Journal of Scientific & Technology Research*. 4(4), 180-187.
- Aisyah, S., Sulastien, H., Zuraida, S., Muhsinin, Irianto, I. D., Zulfa, E.,

Kusumawardani, D., Pujiningsih, E., Zaini & Musniati. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Pondok Pesantren Di Masa Pandemi Covid-19. *Idea Pengabdian Masyarakat*. 2(3), 141-146.

Apriliani, F., Fewidarto, P. D., & Indrawan, P. (2021). Implementasi Budaya 5R Sebagai Upaya Peningkatan Perawatan Fasilitas dan Melatih Kedisiplinan Personal di LKSA Kota Bekasi. *Jurnal Gama Societa*. 5(1), 1-13.

Asfiya, N. A., Prabamurti, P. N., & Kusumawati, A. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Praktik PHBS Pencegahan TB Paru pada Santri di Kabupaten Tegal (Studi di Pondok Pesantren Attholibiyah Bumijawa). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 20(6), 379-388.

Astuti, R., Mifbakhuddin, Nurullita, U., Larasaty, N. D., & Prasetio D. B. (2016). Promosi Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pondok Pesantren. *Prosiding Bidang Pendidikan, Humaniora, dan Agama, The 4th University Research Colloquium*. Pekajangan: 27 Agustus 2016. Hal. 426-431.

Borris, S. (2006). *Total Productive Maintenance* (4th ed). New York: Mc Graw-Hill.

Deshpande, S. D., Damle, V.V., Patel, P. L., & Kholamkar, A. B. (2015). Implementation of '5S' Technique in a Manufacturing Organization: a Case Study. *International Journal of Research in Engineering and Technology*, 4(1). 136-148.

Irfan, Widyastuti, R., & Handayani, F. (2022). Pelatihan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) untuk Pencegahan Covid 19 di Lingkungan Pondok Pesantren. *Jurnal Kreativitas*

- Pengabdian Kepada Masyarakat. 5(6). 1782-1789.
- Istighosah, N., Irawan, H., Sari, A. N., Rahmawati, D., Agustin, L., & Kusumawati, W. (2021). PHBS Implementation in Pondok Pesantren During Covid-19 Pandemic in Kediri East Java, Indonesia, 2021. *Abdimas Umtas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 5(1), 1892-1900.
- Khafid, M., Aniniyah, N., Maimunah, S. (2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pondok Pesantren Nurul Huda Surabaya. *The Indonesian Journal of Health Science*. 11(2), 177-181.
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269 Tahun 2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). Kemenkes RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2003). Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Kemendikbud RI.
- Kementerian Agama. (2019). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2019 tentang Pesantren. Kemenag RI.
- Nazaria, R., Natalia, D., & Rahmayanti, S. (2017). Hubungan Pengetahuan mengenai Pityriasis Versicolor dan PHBS dan Kejadian Pityriasis Versicolor pada Santri Madrasah Tsanawiyah di Pondok Pesantren. *Jurnal Cerebellum*. 3(4), 922-931.
- Osada, T. (2004). *Sikap Kerja 5S*. Jakarta: PPM.
- Siregar, M. T., Asmarani, B. K., Alichia, C., & Magdalena. (2021). Implementasi Budaya 5R (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, dan Rajin) pada Kelompok Belajar Binaan Komplek Kodam Jatiwaringin. *Prapanca Jurnal Abdimas*. 1(2), 1-7.
- Supriatna, L. D., Indasah, Melda, B. (2020). Program Promotif Poskestren terhadap PHBS Santri di Pondok Pesantren. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 14(3), 332-337.
- Zuliana, N., Firdayanti, E., Putri, K. M. D. & Nurkhalim, R. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19 di Lingkungan Pondok Pesantren. *Journal of Community Engagement and Employment*. 4(1), 1-5.