

Upaya Peningkatan Peilaku Hidup yang Bersih dan Sehat untuk Mewujudkan Santri Pesanten Tahfizh Daarul Qur'an Ungaran Peduli Sehat

Pudji Astuti^{1, a)}, Octavianti Paramita¹⁾, Eny Widhia Agustin¹⁾, Syifa Nadia Nur Azizah¹⁾, dan Poppy Sagita Ramadhani¹⁾

¹ Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

^{a)} Corresponding author: pudjiastuti@mail.unnes.ac.id

Abstract. Health is a very important thing that must be cultivated. Health is manifested by a clean and healthy lifestyle. Healthy behavior is knowledge, attitudes, and proactive actions to maintain and prevent the risk of disease, protect against disease threats, and play an active role in the Public Health Movement. A healthy and clean life for example by maintaining a balanced diet, maintaining personal and environmental hygiene. Many illnesses are caused by not keeping clean. At this time the Covid 19 pandemic has occurred. Covid 19 has claimed a large number of lives throughout the world, as well as in Indonesia. The spread of the Corona virus is spread by droplets from the patient and then gets to other people entering through the mouth, nose and eyes, then that person will be infected. So it is very important to live a clean and healthy lifestyle. Likewise, the Tahfizh Daarul Qur'an Islamic Boarding School, where the students are the youth of the nation's generation. Santri live in dormitories so they must have the ability and carry out clean and healthy living behaviors. For example, consuming a balanced diet according to their needs, washing hands with running water and using soap. The main task of students is to study, in order to study well, the body must be healthy and the environment itself and surrounding is clean. Santri are the nation's young generation. The Indonesian people are waiting for their works to take part in development, prospering Indonesia. Thus, it is very important to be given knowledge and skills about clean and healthy living behavior. The COVID-19 pandemic has had an impact on the education sector. educational activities are carried out remotely according to the circular letter of the minister of education No. 4 of 2020 concerning the Implementation of Education policies in the Emergency Period for the Spread of Coronavirus Disease (covid 19), dated March 24, 2020. This causes the implementation of service cannot be face to face with the students. The service team provides a portable hand washing place that is equipped with proper and correct hand washing steps. The boarding school gave a positive response, washing hands properly and correctly is a vital thing and must be done to maintain body health especially during the covid 19 pandemic. Portable hand washing stations with two sides and equipped with hand washing steps are very helpful for pesantren in bringing order students to carry out health protocols. In the future, after the pandemic period improves, service activities can be carried out again that support the students to be able to study better.

Keywords: Healthy Life, Covid 19

Abstrak. Kesehatan merupakan hal yang sangat penting yang harus diusahakan. Kesehatan salah satunya diwujudkan dengan perilaku hidup yang bersih dan sehat. Perilaku sehat adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam Gerakan kesehatan Masyarakat. Hidup yang sehat dan bersih misalnya dengan menjaga pola makan yang seimbang, menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Banyak sakit yang ditimbulkan karena tidak menjaga kebersihan. Pada masa sekarang ini telah terjadi pandemi Covid 19. Covid 19 telah memakan korban jiwa yang sangat banyak sekali diseluruh penjuru dunia, begitu pula di Indonesia. Penyebaran virus Corona disebarkan oleh droplet dari penderita kemudian sampai ke orang lain masuk melalui mulut, hidung dan mata, maka orang tersebut akan tertular. Sehingga penting sekali untuk

berperilaku hidup yang bersih dan sehat. Demikian pula Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an, dimana santrinya merupakan pemuda generasi bangsa. Santri tinggal diasrama sehingga harus memiliki kemampuan dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Misalnya mengkonsumsi makanan yang seimbang sesuai dengan kebutuhannya, mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun. Tugas utama santri adalah belajar, agar dapat belajar dengan baik maka badan harus sehat dan lingkungan diri dan sekitar dalam kondisi bersih. Santri adalah generasi muda bangsa. Bangsa Indonesia menanti karya-karya mereka untuk berkiprah dalam pembangunan, mensejahterakan Indonesia. Dengan demikian sangat penting diberikan pengetahuan dan ketrampilan tentang perilaku hidup yang bersih dan sehat. Pandemi Covid 19 membawa dampak pada bidang pendidikan. Kegiatan pendidikan dilakukan dengan jarak jauh sesuai surat edaran menteri pendidikan No 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid 19), tertanggal 24 Maret 2020. Hal ini menyebabkan pelaksanaan pengabdian tidak dapat bertatap muka dengan para santri. Tim pengabdian memberikan tempat cuci tangan portable yang dilengkapi dengan langkah-langkah cuci tangan dengan baik dan benar. Pihak pesantren memberikan tanggapan positif, cuci tangan dengan baik dan benar merupakan hal yang vital dan harus dilakukan untuk menjaga kesehatan badan apalagi di masa pandemi Covid 19. Tempat cuci tangan portable dengan dua sisi dan dilengkapi langkah-langkah mencuci tangan sangat membantu pihak pesantren dalam mentertibkan para santri untuk melakukan protokol kesehatan. Kedepannya setelah masa pandemi membaik dapat dilaksanakan kegiatan pengabdian kembali yang mendukung para santri dapat belajar lebih baik lagi.

Kata Kunci: Hidup Sehat, Covid 19

PENDAHULUAN

Sehat bukanlah pilihan tetapi sebuah keharusan. Aktivitas akan dilakukan dengan semangat bila badan sehat. Sebagai pelajar tentunya salah satu tugas utamanya adalah belajar, untuk dapat belajar dengan baik badan haruslah sehat. Kondisi badan yang sehat perlu diusahakan bukan datang dengan sendiri. Kondisi badan yang sehat selain ditunjang oleh makanan yang bergizi sesuai dengan kebutuhannya juga melakukan perilaku hidup yang bersih. Perilaku sehat adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam Gerakan kesehatan Masyarakat. Hidup yang sehat dan bersih dapat dimulai dengan menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Perilaku hidup bersih contohnya mandi 2 kali sehari dan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan.

Banyak sakit yang ditimbulkan karena tidak menjaga kebersihan. Pada masa sekarang ini telah terjadi wabah virus Corona. Virus Corona telah memakan korban jiwa yang sangat banyak sekali diseluruh penjuru dunia, begitu pula di Indonesia. Penyebaran virus Corona disebarkan oleh droplet dari penderita kemudian sampai ke orang lain dan orang tersebut menyentuh mulut, hidung dan mata, maka orang tersebut akan tertular. Pada penderita virus corona ada yang menimbulkan gejala dan ada yang tidak (tidak sakit). Virus corona memiliki masa inkubasi 14 hari, gejala yang nampak yaitu batuk, sakit tenggorokan, dan demam. kemudian semakin meningkat disertai sesak nafas. Bila penderita sudah memiliki sakit sebelumnya maka kondisi akan semakin parah dan berakibat pada kematian. Pada penderita yang tidak menimbulkan gejala disebut carrier (pembawa). Hal ini karena penderita memiliki tubuh yang fit, imunnya bagus. Carrier ini dapat menularkan ke orang lain. Carrier biasanya pada orang usia muda. Orang dengan resiko tinggi tertular yaitu orang tua yang sebelumnya memiliki sakit/penderita penyakit gula, paru, hipertensi dan para manula serta orang yang imunnya rendah. Hal inilah yang menjadikan setiap orang untuk melakukan perilaku hidup yang bersih dan sehat. Berperilaku menjaga kebersihan diri yang berdampak pada kebersihan lingkungan. Pemuda merupakan aset pembangunan bangsa, menurut data BPS jumlah usia sekolah SD sampai dengan SMA di Jawa Tengah mencapai 3 %. Sejumlah 3% merupakan sumber daya manusia yang harus memiliki perilaku hidup yang bersih dan sehat sehingga nantinya dapat berkiprah dalam pembangunan.

Di sisi lain eksperimen yang dilakukan oleh dr. Chris van Tullocken mendapatkan bahwa 99 % wanita mencuci tangan setelah dari toilet sedangkan pria hanya 77%. Pada artikel yang diterbitkan pada Washingtonian tertulis bahwa 90 kantor di Amerika Serikat menemukan bahwa pria memiliki banyak bakteri di meja kerja, komputer, dan kursi dibandingkan dengan wanita. Hal ini menunjukkan bahwa kaum pria tidak lebih memiliki perilaku hidup bersih dan sehat dibandingkan dengan wanita.

Perilaku hidup bersih bisa menjadi suatu permasalahan bila tidak dilakukan. Jumlah kasus Covid 19 di Indonesia tergolong tinggi. Menurut data webb.corona.semarangkab.go.id disebutkan bahwa Kabupaten Semarang pada tanggal 5 September pada pukul 12.00 WIB terkonfirmasi Covid 19 mencapai 584 dengan rincian dirawat 26 orang, isolasi 138 orang, sembuh 376 orang, dan meninggal 44 orang. Inveksi Covid 19 juga ada di pondok pesantren-pondok pesantren. Pada tanggal 14 Agustus 2020 Pondok pesantren di Pati terdapat 35 santri yang terkonfirmasi covid 19. Pondok Pesantren Darussalam Bloagung, Banyuwangi Jawa Timur terdapat 539 terkonfirmasi positif Covid 19 hasil dari tes swab terhadap 624 santri. Hal tersebut tidak menutup kemungkinan jumlah akan bertambah bila protokol kesehatan kurang dilakukan dengan baik. Demikian pula di Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an Ungaran. Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an beralamat di jalan Panjer Isuk Dusun Suruhan RT.03/RW.02, Kelurahan Keji, Kecamatan

Ungaran Barat, Siroto, Keji, Kec. Ungaran Barat, Semarang, Jawa Tengah 50551. Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an Ungaran dipimpin oleh Ust. Kholid Hidayatullah, Lc, M.Hum. Dengan jumlah guru ± 50 orang, jumlah santri ± 220 siswa terbagi menjadi 12 kamar pengasuhan dan 4 kelas 7, 4 kelas 8 dan 4 kelas 9. Umur Santri Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an Ungaran berkisar antara 12-15 tahun dan berasal dari berbagai daerah di pulau Jawa bahkan luar Jawa.

Santri tinggal di asrama, selain belajar juga mengerjakan pekerjaan sehari-hari. Bagi santri yang sudah terbiasa hidup mandiri tidak akan terlalu sulit, namun bagi santri yang sebelumnya terbiasa dibantu orang tua maka akan terasa sulit untuk awalnya. Santri memiliki piket misalnya menyapu, mengepel kamar tidur, memberihkan kamar mandi, buang sampah dan lain sebagainya. Jaman sekarang banyak berdiri pesantren modern, sehingga santri lebih fokus pada belajar. Mencuci baju sudah ada yang mengerjakan. Namun demikian santri harus tetap memiliki kemampuan perilaku hidup yang bersih dan sehat.

Santri pada pondok Pesantren Tahfizh Daarul Qur'an Ungaran mereka tinggal menetap di pondok dan dalam waktu sebulan sekali mereka dikunjungi oleh keluarga. Santri hidup di pondok pesantren sehingga memiliki kewajiban untuk menjaga kebersihan lingkungan dan kebersihan diri sendiri. Semua orang bisa mencuci tangan, namun belum tentu hal tersebut dilakukan dengan benar. Sehingga sangat diperlukan penyuluhan perilaku hidup bersih baik itu pada diri sendiri maupun lingkungan.

Badan yang sehat didapat dengan melakukan pola hidup yang baik contohnya menjaga pola makan, pola hidup yang baik dan menjaga kebersihan. Apalagi masa mandemi Covid 19 yang sangat cepat sekali penulannya, di samping melakukan protokol kesehatan yang lain pula. Kondisi bersih akan mengurangi kita dari resiko terkena penyakit. Selain itu menjaga kebersihan juga akan berdampak pada komunikasi seseorang dengan orang lain, sebagai seorang siswa contohnya pada saat belajar bersama. Namun banyak diantara orang muda yang kurang dalam bersikap dan berperilaku menjaga kebersihan diri yang berdampak pada lingkungan.

Menurut H.L.Blum ada 4 faktor yang mempengaruhi status derajat kesehatan masyarakat atau perorangan. Faktor-faktor tersebut adalah; keturunan, pelayanan kesehatan, perilaku dan lingkungan. Faktor keturunan atau genetik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan karena secara genetik manusia bisa menurunkan suatu penyakit kepada keturunannya, sehingga sejak lahir sudah membawa sakit tertentu. Pelayanan kesehatan yang cukup baik akan memberikan dampak yang baik bagi kesehatan masyarakat. Lingkungan yang kotor bisa menjadi tempat berkembangnya vektor penyakit. Misalnya sampah yang berceceran menjadikan kotor, maka akan mendatangkan banyak lalat dan tikus. Lalat terbang dan hinggap pada makanan dapat menyebabkan sakit perut, air kencing tikus dapat menyebabkan sakit PESS. Perilaku sehat adalah segala tindakan seseorang dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Becker 1979). Perilaku sendiri dapat dikategorikan dengan perilaku terselubung (covert behavior) dan perilaku tidak terselubung (Overt behavior). Perilaku terselubung tersebut berupa pengetahuan dan sikap seseorang terhadap suatu objek sedangkan perilaku tidak terselubung adalah perilaku yang sudah merupakan aksi atau tindakan. Usaha yang paling efektif dalam mengubah perilaku, dari perilaku yang merugikan kesehatan ke arah perilaku yang menguntungkan kesehatan adalah melalui pendidikan kesehatan secara teori maupun praktek.

Perilaku hidup yang sehat dan bersih merupakan sesuatu yang mudah namun banyak masyarakat yang tidak melakukannya. Hal ini bisa disebabkan karena belum mengetahui atau pengetahuan yang dimiliki belum cukup mampu merubah sikap dan perilakunya. Menurut World Health Organisation (WHO), Indonesia menempati pada peringkat ketiga sebagai negara yang memiliki sanitasi terburuk/tidak layak pada 2017, sementara peringkat pertama ditempati India dan peringkat kedua Tiongkok.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan data yang telah dikemukakan, dimana kasus covid yang terus meningkat menjadikan kegiatan pembelajaran tidak dapat bertatap muka. Santri di pondok pesantrenpun di pulangkan ke rumah masing-masing. Maka kegiatan pengabdian ini tidak melakukan pemberian pengetahuan dan ketrampilan secara tatap muka. Hal yang dilakukan adalah pemberian perangkat cuci tangan *portable* dua sisi dilengkapi dengan tata cara cuci tangan yang baik dan benar.

Langkah-langkah yang dilakukan yaitu :

1. Koordinasi tim pengabdian, hal ini dilakukan untuk menentukan hal yang tepat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di pondok pesantren, pada masa pandemi covid 19.
2. Koordinasi dengan pihak pondok pesantren, Hal ini dilakukan untuk menentukan waktu pertemuan untuk pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan memperhatikan peserta pelatihan dan protokol kesehatan.
3. Persiapan alat dan bahan, Alat dan bahan dipersiapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Alat dan bahan yang digunakan yaitu seperangkat tempat cuci tangan *portable*, sabun cuci tangan, handsanitizer dan lain-lain.
4. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu pemberian perangkat atau alat tempat cuci tangan portable.

5. Pembuatan laporan pengabdian kepada masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Indikator perilaku hidup bersih dan sehat salah satunya adalah mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun. Perilaku hidup bersih dan sehat memerlukan situasi, kondisi, dan lingkungan yang mendukung. Dukungan tersebut diantaranya yaitu dukungan informasi dan dukungan instrumen. Dukungan informasi juga dapat mempengaruhi perilaku sehat individu, terkadang seseorang tidak mengetahui apa yang sebaiknya dilakukan secara maksimal. Maka dibutuhkan informasi baik berupa saran maupun nasehat. Dukungan instrumen misalnya untuk membiasakan perilaku mencuci tangan yang benar maka disediakan sabun dan air yang memadai. Banyak terjadi sebenarnya seseorang mau mencuci tangan namun hal yang dibutuhkan tidak terpenuhi sehingga mencuci tangan tidak dilakukan.

Perilaku hidup sehat dan bersih perlu adanya pembiasaan. Perilaku hidup bersih dan sehat akan berpengaruh pada derajat kesehatan yang meningkat, bukan hanya untuk diri sendiri namun juga lingkungannya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizsanti dan kawan-kawan bahwa tercapainya indikator PHBS menunjukkan peningkatan kesadaran warga akan pentingnya lingkungan sehat dan perilaku sehat sehingga meningkatkan derajat warga Dusun sawahan, dimana salah satu aplikatifnya adalah mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun.

Perilaku hidup bersih dan sehat perlu dilakukan, bila makanan yang tersedia bergizi namun tidak bersih tempat makan, alat makannya, tangannya dan lain sebagainya maka bisa jadi makanan yang dimakan tidak berguna bahkan dapat menimbulkan penyakit. Maka makanan dengan gizi yang mencukupi kebutuhan harus diringi dengan penerapan prinsip dan kebiasaan hidup yang bersih, seperti : (1) mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun, (2) menyajikan makanan dalam keadaan selalu tertutup agar tak dihindangi serangga/lalat, (3) memasak makan dengan suhu yang tepat agar kuman mati, (4) mencuci sayur dan buah hingga bersih, serta (5) menjaga makanan dan minuman agar tidak tercemar oleh logam berat. Disamping itu juga menghindari konsumsi rokok, alkohol serta hal-hal yang dapat membahayakan kesehatan. Pada penelitian yang dilakukan Retno tentang hubungan antara perilaku mencuci tangan dengan insiden diare pada anak usia sekolah di kabupaten jember. Hasil penelitiannya mendapatkan bahwa hubungan antara perilaku cuci tangan dan insiden diare diperoleh nilai $p = 0,000$ yang lebih kecil dari $0,05$ dan $r = 0,792$, maka secara statistik membuktikan ada hubungan yang signifikan antara perilaku cuci tangan dan insiden diare. Maka sebagai seorang pelajar dengan menerapkan PHBS maka meningkat derajat kesehatannya, tidak mudah sakit, belajar dengan semangat, produktivitas belajar meningkat hal ini berdampak pada prestasi belajar yang bagus.

Menurut Depkes RI, 2007, Jenis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Diri Sendiri, antara lain :

1. Mandi

Mandi dilakukan dalam satu hari minimal 2 kali yaitu pada pagi dan sore hari menggunakan sabun mandi. Hal ini bertujuan untuk menjaga kebersihan kulit, mencegah penyakit kulit/ gatal-gatal, dan menghilangkan bau badan

2. Mencuci rambut

Mencuci rambut atau keramas minimal dilakukan 2 kali dalam satu minggu menggunakan sampho. Hal ini bertujuan untuk membersihkan rambut dan kulit kepala dari kotoran dan memberikan rasa segar.

3. Membersihkan hidung

Lubang hidung perlu dibersihkan pada setiap kali mandi guna membuang kotoran yang ada dan melancarkan jalan untuk bernafas.

4. Gosok gigi

Dilakukan minimal 2 kali sehari dengan memakai pasta gigi / odol yang dilakukan setelah akan dan sebelum tidur malam. Gosok gigi ini bertujuan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut, mencegah kerusakan pada gigi dan gusi, dan mencegah bau mulut yang tidak sedap.

5. Kesehatan mata

Mata adalah untuk melihat, untuk menjaga sehingga harus diperhaikan. Misalnya pada saat membaca perlu diperhatikan cahaya baik arah maupun intensitas terangnya, jarak mata dengan buku kurang lebih 30 CM, benda yang dibaca dalam kondisi diam, dan posisi membaca tidak sambil tidura.

6. Mencuci tangan.

Dilakukan untuk menjaga kebersihan tangan dari kotoran dan kuman yang dapat menyebabkan penyakit. Cuci tangan dapat dilakukan pada saat sebelum dan sesudah makan, sebelum tidur, sebelum dan memegang benda-benda kotor, dan setelah pulang dari bepergian

7. Memotong kuku

Dilakukan minimal 1kali dalam 1 minggu dengan tujuan untuk: 1) mencegah penyakit yang dapat ditularkan melalui tangan saat makan (misalnya cacingan, menceceret, dll); dan 2) mencegah luka akibat garukan kuku. Perlu

diperhatikan bahwa tidak boleh mengkorek hidung dengan jari/ kuku tangan yang kotor, tidak memasukkan jari kemulut atau menggigiti kuku.

8. Pakai alas kaki

Anak-anak terkadang dalam bermain tidak menggunakan alas kaki, penggunaan alas kaki perlu dilakukan agar kaki tidak terluka atau tertusuk benda tajam, dan mencegah penyakit, misalnya penyakit cacingan akibat menginjak kotoran.

9. Kebersihan pakaian.

Pakaian dapat dibedakan menjadi 3 bagian, yaitu pakaian sekolah, pakaian bermain dan pakaian tidur. Pakaian harus selalu bersih dan diganti dalam setiap hari, hal ini bertujuan agar kita terhindar dari penyakit kulit yang diakibatkan pakaian basah atau kotor.

10. Makan makanan yang sehat

Makan adalah kebutuhan pokok setiap orang, makan sebaiknya 3 kali dalam satu hari dengan menu yang seimbang sesuai dengan kebutuhan tubuh, terdiri dari nasi, sayur, lauk, buah dan susu. Makan pagi atau sarapan sangat penting setiap harinya guna menjadi sumber tenaga kita pada siang harinya. Disamping itu perlu diperhatikan untuk menghindari jajan sembarangan karena kebersihan dari makanan yang dijual tidak terjamin dan mungkin dapat menyebabkan penyakit seperti sakit perut, diare, muntah dan lain-lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kondisi badan yang sehat harus diusahakan, bukan hanya dengan mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan, olah raga teratur namun juga menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Berita dari mulainya terjadinya wabah virus corona (Covid 19) telah memakan banyak korban jiwa yang sangat banyak pada semua golongan usia. Pandemi Covid 19 bukan hanya terjadi di Indonesia saja namun terjadi di banyak negara. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting untuk dilakukan khususnya protokol kesehatan yang sudah diatur oleh pemerintah. Dampak pandemi Covid 19 bukan hanya pada bidang kesehatan dan ekonomi saja namun juga dunia pendidikan. Dikeluarkan surat edaran No 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid 19), tertanggal 24 Maret 2020. Demikian pula para santri di Pesantren Tahfith Daarul Qur'an Ungaran. Para santri belajar dari rumah masing-masing. Kegiatan belajar dilakukan secara daring. Tim pengabdian tidak dapat melakukan kegiatan tatap muka seperti yang direncanakan.

Dilakukan oleh Tim pengabdian yaitu memberikan sarana untuk melakukan cuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun yaitu 2 perangkat tempat cuci tangan portable dengan dua sisi. Tempat cuci tangan portable mudah untuk dipindahkan sehingga mudah digunakan.

Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tidak dapat berjalan sesuai dengan rencana. Hal ini disebabkan penderita covid 19 yang masih terus meningkat sehingga belum diperkenankan untuk bertatap muka dengan para santri. Pengabdian yang dilakukan masih kurang mengenai para santri sehingga kedepannya pada keadaan yang sudah membaik perlu dilihat bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat para santri.

DAFTAR PUSTAKA

1. Becker, M.H. 1979. Psychosocial aspects of health related behavior, dalam H.E., Freeman dan S.levine (eds.) Handbook of medical sociology. PrenticeHall Englewood Cliffs, New Jersey.
2. Blum, Hendrik L. 1974. Planning for Health, Development and Application of Social Changes Theory. New York: Human Sciences Press.
3. BPS 2019. Profil Statistik Kesehatan 2019. Badan Pusat Statistik Jakarta.
4. Cynthia Ika Damashinta (2018) Sanitasi Indonesia Terburuk Ketiga, Harian Solopos edisi Kamis 29 November 2018. <https://www.solopos.com/sanitasi-indonesia-terburuk-ketiga-956428> di akses 10 Agustus 2020

5. <https://jateng.bps.go.id/statictable/2017/10/26/1535/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-jawa-tengah-2015-2018.html> (diakses tanggal 20 maret 2020)
6. Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Yogyakarta: Nuha Medika.
7. Purwandari R, Ardiana A. Hubungan antara perilaku mencuci tangan dengan insiden diare pada anak usia sekolah di Kabupaten Jember. *Jurnal Keperawatan*. 2015;4(2).
8. Rizsanti Meirina Satar, dkk. Peningkatan Derajat Kesehatan Melalui Promosi Kesehatan Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Dusun Sawahan Desa Pendowoharjo, Kecamatan Sewon, Kabupaten Bantul, *Jurnal Khazanah*, Vol. 6 No. 1 Juni 2013.
9. Tim Field lab FK UNS (2013). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*