

## ISLAMIC STUDENT EMPOWERMENT HEALTHY PROGRAM

**Dian Cita Sari<sup>1)</sup>, Sri Kartini<sup>2)</sup>, Suwignyo<sup>3)</sup>, Lailatul Isnaini<sup>4)</sup>**

<sup>1)</sup>Program Studi Fisioterapi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah

<sup>2)</sup>Program Studi Anafarma, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah

<sup>3)</sup>Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah

<sup>4)</sup>Widyaswara Badan Pengembangan Sumberdaya Manusia Provinsi Jambi

email :dian.cita.sari@univrab.ac.id

### ABSTRACT

*The 2016 Population Census results show that Indonesia's population is 237.6 million, 63.4 million of which are teenagers consisting of 32,164,436 men (50,70 percent) and 31,279,012 women (49,30 percent). The size of the population of the youth group will greatly affect population growth in the future. With the rapid development of technology, the development of teenagers in Indonesia is also developing. Some lead to positive and negative things. One of the negative impacts is the lack of awareness about the STBM pillars. Community-Based Total Sanitation (STBM) is an integrated action to reduce the incidence of environmental-based infectious diseases, as well as improve hygiene behavior and the quality of life of Indonesian people. Uniqueness / Excellence Islamic healthy student empowerment program lies in the variation and composition of the dedication material. The specifications that will be produced are that the program that will be implemented is one of the main keys to improving the program of healthy students. This service aims to show that schools have a positive impact on supporting health programs for students so that schools have an important role in promoting and intervening in the development of student health. The development of student health that is supported by the school is an important factor in the phase of forming a superior generation of the nation's future. This service program is carried out on students of SMA 1 Perhentian Raja and SMKN 2 pekanbaru.*

*Keywords: student, islamic, empowering helathy progam, school*

### ABSTRAK

Hasil sensus penduduk tahun 2016 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,6 juta jiwa, 63,4 juta diantaranya adalah remaja yang terdiri dari laki-laki sebanyak 32.164.436 jiwa (50,70 persen) dan perempuan sebanyak 31.279.012 jiwa (49,30 persen). Besarnya jumlah penduduk kelompok remaja ini akan sangat mempengaruhi pertumbuhan penduduk di masa yang akan datang. Dengan pesatnya perkembangan teknologi, ikut berkembang pula perkembangan remaja-remaja di Indonesia. Ada yang menjurus ke hal positif dan hal negatif. Salah satu dampak negatifnya adalah lemahnya kesadaran tentang pilar STBM. Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) adalah aksi terpadu untuk menurunkan angka kejadian penyakit menular berbasis lingkungan, serta meningkatkan perilaku higienitas dan kualitas kehidupan masyarakat Indonesia. Keunikan/ keunggulan Islamic student empowerment healthy program terletak pada variasi dan komposisi materi pengabdian. Spesifikasi yang akan dihasilkan adalah dengan Program yang akan dilaksanakan ini merupakan salah satu kunci utama solusi untuk meningkatkan program siswa sehat. Pengabdian ini bertujuan menunjukkan bahwa sekolah mempunyai dampak positif bagi pendukung program kesehatan bagi siswa sehingga sekolah mempunyai peran penting dalam melakukan promosi dan intervensi mengenai perkembangan kesehatan siswa. Perkembangan kesehatan siswa yang didukung sekolah merupakan faktor penting dalam fase pembentukan generasi unggul masa depan bangsa. Program pengabdian ini dilaksanakan pada siswa SMAN 1 Perhentian Raja dan SMKN 2 Pekanbaru.

Kata Kunci: student, islamic, empowering helathy progam, school

## **PENDAHULUAN**

Hasil Sensus Penduduk tahun 2016 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,6 juta jiwa, 63,4 juta diantaranya adalah remaja yang terdiri dari Laki-laki sebanyak 32.164.436 jiwa (50,70 persen) dan perempuan sebanyak 31.279.012 jiwa (49,30 persen). Besarnya jumlah penduduk kelompok remaja ini akan sangat mempengaruhi pertumbuhan penduduk di masa yang akan datang. Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Perkembangan seseorang dalam masa anak-anak dan remaja akan membentuk perkembangan diri orang tersebut di masa dewasa. Karena itulah bila masa anak-anak dan remaja rusak karena pola hidup yang tidak sehat dan pola karakter yang lemah, maka suram atau bahkan hancurlah masa depannya. Pada masa remaja, justru keinginan untuk mengikuti trend dan gaya hidup yang keliru semakin sering terjadi. Walaupun semua kecenderungan itu wajar, tetapi hal itu bisa juga memudahkan remaja untuk terdorong menyalahgunakannya. Dengan pesatnya perkembangan teknologi, ikut berkembang pula perkembangan remaja-remaja di Indonesia. Ada yang menjurus ke hal positif dan hal negatif. Salah satu dampak negatifnya adalah lemahnya kesadaran tentang pilar STBM. Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) adalah aksi terpadu untuk menurunkan angka kejadian penyakit menular berbasis lingkungan, serta meningkatkan perilaku higienitas dan kualitas kehidupan masyarakat Indonesia.

Salah satu kejadian luar biasa (KLB) diare pada tahun 2006 di 16 provinsi dengan Case Fatality Rate (CFR) sebesar 2.52, merupakan salah satu penyumbang kejadian diare nasional yang mencapai 423 per seribu penduduk pada semua umur. Salah satu sumber penyebab yang dimaksud adalah karena 47,50% air yang dikonsumsi masyarakat saat itu masih mengandung *Escherichia Coli* (Studi Basic Human Services/BHS : 2006). Penyebab lain karena 47% masyarakat masih berperilaku buang air besar ke sungai, sawah, kolam, kebun dan tempat terbuka lainnya (Indonesian Study Sanitation Sector Development Program/ ISSDP). Langkah antisipasi terus dilakukan pemerintah antara lain melalui berbagai pengelolaan program yang fokus pada penyediaan air minum dan sanitasi. Pada tahun 2008 telah diluncurkan peraturan perundangan dalam bentuk Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 852/Menkes/SK/IX/2008 tentang Strategi Nasional Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM), sebagai wujud komitmen Pemerintah dalam mewujudkan peningkatan akses air minum dan sanitasi dasar berkelanjutan untuk pengendalian penyakit berbasis lingkungan dan peningkatan kemampuan masyarakat, melalui pembudayaan perilaku hidup bersih dan sehat. Sebagai program nasional, STBM akan terus berlangsung dan telah dilakukan implementasi di 244 kabupaten/kota serta 2.583 kecamatan, sehingga pada triwulan I tahun 2013 terdapat sejumlah 11.678 desa/kelurahan yang melaksanakan STBM. Kegiatan STBM ini diharapkan mempunyai andil yang signifikan terhadap pencapaian target Air Minum dan Sanitasi dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2010-2014 dan Renstra Kemenkes, serta target MDG's tujuan 7c yakni menurunkan separuh proporsi penduduk yang belum memiliki akses terhadap air minum dan sanitasi dasar yang layak secara berkesinambungan pada tahun 2015.

Berdasarkan pengamatan awal didapatkan bahwa para remaja (dalam pengabdian ini merupakan para siswa SMAN 1 Perhentian Raja) mempunyai risiko tinggi mengalami berbagai masalah gangguan kesehatan. Beberapa jenis gangguan yang mungkin akan dialami oleh siswa baik secara fisik maupun psikis, seperti kecemasan, gangguan stres, gangguan kepribadian, sulit berinteraksi, penurunan berat badan/ berat badan dibawah ideal, dan kekurangan gizi. Fenomena tersebut juga tampak dari beberapa penelitian serupa, yang sebelumnya dilakukan di berbagai negara. Hudson dan Chan (2002) menyebutkan tiga hambatan utama perkembangan siswa, yaitu kurangnya pengetahuan praktisi kesehatan mengenai seluk-beluk kesehatan siswa, kurangnya ahli yang khusus mendalami masalah ini, serta hambatan komunikasi antara klinisi

dan individu. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk mengoptimalkan kesehatan siswa adalah dengan student empowering hewalthy program yang dilakukan dengan penuh kesungguhan, tepat, dan kontinu, dapat menumbuhkan kenyamanan, persepsi dan motivasi positif, mengefektifkan coping, dan respons emosi positif.

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Islamic Student Empowering Healthy Program adalah suatu upaya atau proses untuk menumbuhkan kesadaran, kemauan dan kemampuan siswa dalam mengenali, mengatasi, memelihara, melindungi dan meningkatkan kesehatan fisik dan psikis mereka sendiri berbasis nilai-nilai Islami. Islamic Student Empowering Healthy Program adalah upaya atau proses untuk menumbuhkan kesadaran kemauan dan kemampuan dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan secara Islami. Menurut Cornell Empowerment Group Pemberdayaan didefinisikan sebagai suatu proses sengaja yang berkelanjutan, berpusat pada masyarakat lokal, dan melibatkan prinsip saling menghormati, refleksi kritis, kepedulian, dan partisipasi kelompok dan melalui proses tersebut orang-orang yang kurang memiliki bagian yang setara akan sumber daya berharga memperoleh akses lebih besar dan memiliki kendali sumber daya (Perkin dan Zimmerman, 1995).

Program ini juga merupakan cara untuk menumbuhkan dan mengembangkan norma yang membuat masyarakat mampu untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Strategi ini tepatnya ditujukan pada sasaran primer agar berperan serta secara aktif. Bidang pembangunan biasanya meliputi 3 (tiga) sektor utama, yaitu ekonomi, sosial (termasuk di dalamnya bidang pendidikan, kesehatan dan sosial-budaya), dan bidang lingkungan. Sedangkan masyarakat dapat diartikan dalam dua konsep yaitu masyarakat sebagai tempat bersama, yakni wilayah geografi yang sama.

Batasan Islamic Student Empowering Healthy Program meliputi upaya untuk menumbuhkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan memelihara dan meningkatkan kesehatan sehingga secara bertahap pemberdayaan masyarakat bertujuan untuk:

1. Tumbuhnya kesadaran, pengetahuan dan pemahaman akan kesehatan bagi individu, kelompok atau masyarakat. Pengetahuan dan kesadaran tentang cara-cara memelihara dan meningkatkan kesehatan adalah awal dari keberdayaan kesehatan. Kesadaran dan pengetahuan merupakan tahap awal timbulnya kemampuan, karena kemampuan merupakan hasil proses belajar. Belajar itu sendiri merupakan suatu proses yang dimulai dengan adanya alih pengetahuan dari sumber belajar kepada subyek belajar. Oleh sebab itu masyarakat yang mampu memelihara dan meningkatkan kesehatan juga melalui proses belajar kesehatan yang dimulai dengan diperolehnya informasi kesehatan. Dengan informasi kesehatan menimbulkan kesadaran akan kesehatan dan hasilnya adalah pengetahuan kesehatan.
2. Timbulnya kemauan atau kehendak ialah sebagai bentuk lanjutan dari kesadaran dan pemahaman terhadap obyek, dalam hal ini kesehatan. Kemauan atau kehendak merupakan kecenderungan untuk melakukan suatu tindakan. Oleh sebab itu, teori lain kondisi semacam ini disebut sikap atau niat sebagai indikasi akan timbulnya suatu tindakan. Kemauan ini kemungkinan dapat dilanjutkan ke tindakan tetapi mungkin juga tidak atau berhenti pada kemauan saja. Berlanjut atau tidaknya kemauan menjadi tindakan sangat tergantung dari berbagai faktor. Faktor yang paling utama yang mendukung berlanjutnya kemauan adalah sarana/prasarana untuk mendukung tindakan tersebut.
3. Timbulnya kemampuan masyarakat di bidang kesehatan berarti masyarakat, baik seara individu maupun kelompok, telah mampu mewujudkan kemauan atau niat kesehatan mereka dalam bentuk tindakan atau perilaku sehat.

Suatu masyarakat lingkungan sekolah dikatakan mandiri dalam bidang kesehatan apabila:

1. Mereka mampu mengenali masalah kesehatan dan faktor-faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan terutama di lingkungan tempat tinggal mereka sendiri. Pengetahuan tersebut meliputi pengetahuan tentang penyakit, gizi dan makanan, perumahan dan sanitasi, serta bahaya merokok dan zat-zat yang menimbulkan gangguan kesehatan.
2. Mereka mampu mengatasi masalah kesehatan secara mandiri dengan mengenali potensi-potensi masyarakat setempat.
3. Mampu memelihara dan melindungi diri mereka dari berbagai ancaman kesehatan dengan melakukan tindakan pencegahan.
4. Mampu meningkatkan kesehatan secara dinamis dan terus-menerus melalui berbagai macam kegiatan seperti kelompok kebugaran, olahraga, konsultasi dan sebagainya.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kami bagi tiga point, yaitu susunan tim pelaksana, bentuk teknis kegiatan, dan ringkasan materi

### 1. Susunan Tim Pelaksana

Ketua : Dian Cita Sari / NIDN. 1002108801. Anggota: Sri Kartini, S.Si., M.Kes/ NIDN.1021017101, dr. Suwignyo, M.Kes/ NIDN. 1016087502, Dra. Lailatul Isnaini, MM ( Widyaswara BPSDM), Mahasiswa : Reta M. dan Bismi A.

### 2. Bentuk Kegiatan, Waktu, dan Tempat Kegiatan

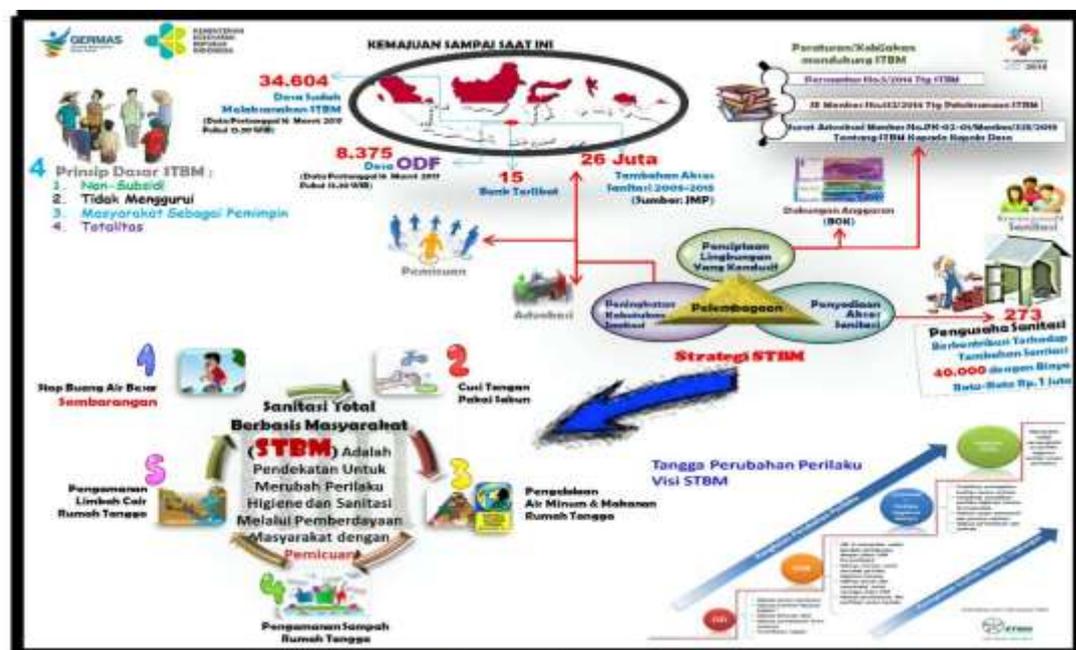
Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjudul: Islamic Student Empowerment Healthy di SMAN 1 Perhentian Raja dan SMKN 2 Pattimura, ini akan dilaksanakan dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 1. Jadwal Kegiatan**

WAKTU	NAMA KEGIATAN	RINCIAN
08.00	Persiapan Survey	Cek lokasi
08.30-14.30	Perjalanan dari Pekanbaru-Kampar	Perjalanan
14.30	Tiba di SMAN 1 Perhentian Raja	Wawancara
15.00-16.00	Pertemuan dengan kepada Kepala sekolah dan perangkatnya	data awal
06.00-08.00	Briefing dan persiapan kegiatan	TIM
08.00-12.00	Pelatihan Base 1: Islamic Student Empowerment Healthy	Seluruh Panitia
12.00-13.00	Ishoma	
13.00-17.00	Pelatihan nilai tambah STBM & Wudhu sbg Refleksi Sehat	Dian Cita S
17.00-18.00	Ishoma	
18.00-19.00	Kembali Ke Pku	
06.00-18.00	Briefing, sarapan dan persiapan kegiatan	
08.00-10.00	Sharing Season	Panitia
10.00-12.00	Base 2: Optimalisasi Islamic Student Empowerment	Panitia
12.00-13.00	Isohoma	
13.00-15.00	Feedback & FGD	
15.00-15.30	Persiapan pulang	Panitia

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu wujud konkrit implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi. Bentuk kegiatan yang dilaksanakan ini adalah memberdayakan para siswa dalam Islamic student empowerment healthy program dalam rangka memperkuat ketahanan fisik, kebiasaan hidup sehat dan karakter Islam yang kokoh melalui pemanfaatan struktur organisasi sekolah, mulai dari tingkat kelas hingga OSIS sehingga memberikan kontribusi optimal. Spesifikasi yang akan dihasilkan adalah kunci utama solusi peningkatan layanan kesehatan bagi siswa (baik Kesehatan Fisik, maupun Psikis). Pengabdian ini menunjukkan bahwa sekolah mempunyai dampak positif bagi pendukung sukesi STBM terutama dalam pola hidup sehat dan karakter Islam yang kuat bagi siswa sehingga sekolah mempunyai peran penting dalam melakukan promosi dan intervensi mengenai potensi siswa-siswanya.



Gambar 1. STBM Mapping (Sumber: Dok.KEMENKES)

Materi yang disampaikan adalah pelatihan mengenai pengelolaan Islamic Student Empowerment Healthy. Secara garis besar ringkasan materi yang akan diberikan meliputi:

1. Pelatihan Pengenalan Islamic Student Empowerment Healthy dan Berbagai Jenisnya. Materi ini meliputi pengenalan dasar-dasar Islamic Student Empowerment Healthy dan berbagai macam jenisnya. Pemberian pelatihan ini akan memberikan dasar pengetahuan dan keterampilan bagi siswa menyangkut dasar-dasar Islamic Student Empowerment Healthy.
2. Pelatihan Nilai Tambah STBM & Wudhu sbg Refleksi Sehat. Materi pelatihan ini berkenaan dengan pelatihan untuk memberikan nilai tambah terhadap berbagai STBM & Wudhu sbg Refleksi Sehat yang sudah ada untuk diberdayakan sampai yang memiliki nilai optimal.
3. Pemasaran Optimalisasi Islamic Student Empowerment Healthy. Pemasaran hasil Optimalisasi Islamic Student Empowerment Healthy berkenaan dengan mendistribusikan berbagai manfaat yang telah dihasilkan.

Dalam kegiatan ini, siswa SMAN 1 Perhentian Raja dan SMKN 2 Pattimura merupakan sasaran strategis dengan pertimbangan bahwa sebelum pengabdian dilaksanakan, kondisi siswa di kedua tersebut masih kurang memiliki kesadaran Student Empowering Healthy Program. Setelah pengabdian dilaksanakan, sekalipun kedua siswa sekolah ini berbeda karakteristik (SMAN 1 Perhentian Raja dibawah Kordinasi Kabupaten Kampar, merupakan SMA Favorit disana), dan SMKN 2 Pattimura (Merupakan SMK Negeri yang telah lolos ISO 9001, dan merupakan Sekolah Vokasi dengan Model SBI Invest) akhirnya dapat memiliki penyetaraan akses pengetahuan mengenai Islamic Student Empowering Healthy Program.

### **KESIMPULAN**

Dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini, kami capai kesimpulan berupa terwujudnya upaya peran serta Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrahman untuk meningkatkan pemahaman Student Empowerment Healthy Program pada siswa, mengimplementasikan Tri Dharma Perguruan Tinggi, menjalin kerjasama yang saling menguntungkan antara lingkungan akademik dengan pihak sekolah, mengembangkan Kesadaran urgensi Kesehatan Siswa yang berbasis ajaran Islam dengan Program ini, meningkatkan pengetahuan siswa pada Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM), serta mendorong partisipasi siswa untuk hidup dalam lingkungan yang bersih melalui penerapan pilar-pilar STBM.

### **REFERENSI**

- Departemen Agama RI 2005, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Bandung: CV. Diponegoro
- Dian Cita Sari, 2018, *Integrasi Universitas Islam*, Penerbit Universitas Abdurrahman: Riau
- Dian Cita Sari, 2017, *Hidroterapi Islamic Review* Penerbit Universitas Abdurrahman: Riau
- Moore, K.L & Dalley, A.F, 2013. *Anatomi Berorientasi Klinis. Edisi kelima, Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Trisnowiyanto, Bambang. 2012. *Instrumen Pemeriksaan Fisioterapi dan Penelitian Kesehatan*: Muha Medika, Yogyakarta.