

Jurnal Pengabdian Kreativitas

Volume 3, Nomor 1, Juni 2024, Halaman 1-7

e-ISSN: 2962-5823, URL: <https://ojs.unimal.ac.id/jpk>

DOI: 10.29103/jpek.v1i1.8264

Refreshment Training Santri Berseri pada Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum Kota Banda Aceh

Sapna Biby^{1*}, Ikramuddin², Nurainun³, M. Subhan⁴

¹²³Universitas Malikussaleh, Lhokseumawe

*Email: sapnabiby@unimal.ac.id

ABSTRACT

Education is a form of manifestation of human culture that is dynamic and full of development. Therefore, changes or developments in education are things that should occur in line with changes in the culture of life. The health of the santri (students) is no exception, which is also an important thing to pay attention to. This is because the santri (students) are the nation's next generation and will enter a productive age. So the health of students needs to be a common concern so that students are protected from various threats of disease, both communicable and non-communicable. This service aims to provide students with the knowledge, will, and habits to live a healthy life through refreshment training activities. This Refreshment Training aims to change the student's lifestyle to make it healthier so that it has an impact on improving the quality of life of the santri (students) in Dayah Inshafuddin and Dayah Darul Ulum, Banda Aceh City. The Refreshment Training Program is a partnership program between the Unilever Indonesia Foundation (YUI) and its partner Heartindo the Ministry of Education and Culture and the Ministry of Religion. The output of the Refreshment Training program is expected to have an impact on increasing the student's learning motivation.

Keywords: Refreshment Training, Santri, Dayah

ABSTRAK

Pendidikan merupakan salah satu bentuk perwujudan kebudayaan manusia yang dinamis dan sarat perkembangan. Oleh sebab itu, perubahan atau perkembangan pendidikan adalah hal yang memang seharusnya terjadi sejalan dengan perubahan budaya kehidupan. Tak terkecuali kesehatan pada para santri, yang juga merupakan hal penting untuk diperhatikan. Hal ini dikarenakan para santri merupakan generasi penerus bangsa dan akan memasuki usia produktif. Sehingga kesehatan pada santri perlu menjadi perhatian bersama agar para santri terhindar dari berbagai ancaman penyakit baik yang menular maupun tidak menular. Tujuan dilaksanakan pengabdian ini adalah untuk memberikan pengetahuan, kemauan dan kebiasaan para santri untuk hidup sehat melalui kegiatan pelatihan penyegaran (Refreshment Training). Refreshment Training ini bertujuan untuk untuk merubah pola hidup santri supaya lebih sehat sehingga berdampak pada peningkatan kualitas hidup para santri di dayah Inshafuddin dan dayah Darul Ulum Kota Banda Aceh. Program Refreshment Training merupakan program kemitraan antara Yayasan Unilever Indonesia (YUI) bersama mitranya Heartindo dan Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan serta Kementrian Agama. Output program Refreshment Training diharapkan dapat memberikan dampak pada peningkatan motivasi belajar para santri.

Kata kunci: Refreshment Training, Santri, Dayah

PENDAHULUAN

Program Pesantren Sehat merupakan program yang dilaksanakan dalam upaya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di wilayah sekolah khususnya Pesantren. Program ini diselenggarakan oleh Yayasan Unilever Indonesia (YUI) bersama mitranya Heartindo yang bekerjasama dengan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan serta Kementerian Agama. Heartindo sebagai mitra YUI dengan wilayah kerja pulau Sumatera, pada tahun ini menjalankan program sekolah dan pesantren sehat di tiga Propinsi yaitu Provinsi Sumatera Utara, dan Provinsi Aceh.

Pendidikan merupakan salah satu bentuk perwujudan kebudayaan manusia yang dinamis dan sarat perkembangan. Landasan pendidikan sangat menentukan bagi pertumbuhan jiwa dan peradaban manusia (Nurmadiansyah, 2016). Termasuk Pendidikan pesantren. Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan tertua di Indonesia. Menurut banyak analisis, pesantren di Indonesia adalah salah satu lembaga pendidikan paling signifikan dan mapan yang didedikasikan untuk memajukan ilmu agama Islam, bahkan sebelum kedatangan Belanda (Nurmadiansyah, 2016). Di wilayah nusantara pernah terdapat lembaga pendidikan yang menyerupai pesantren. Pondok pesantren merupakan lingkungan belajar yang mengedepankan prinsip-prinsip Islam dan menyediakan tempat tinggal tetap bagi santrinya dalam bentuk asrama (Fathoni & Rohim, 2019). Sedangkan tujuan pendidikan di pesantren adalah menciptakan individu yang memiliki pemahaman yang kuat terhadap prinsip-prinsip Islam sebagai pedoman hidup yang utuh dan kapasitas intelektual untuk memenuhi tuntutan masa kini dan masa depan (Fathoni & Rohim, 2019; Perawironegoro, 2019).

Oleh sebab itu, perubahan atau perkembangan pendidikan adalah hal yang memang seharusnya terjadi sejalan dengan perubahan budaya kehidupan. Tingkah laku dapat berkembang menjadi kebiasaan masyarakat yang mengakibatkan kecenderungan pengembangan budaya (Wahyuddin et al., 2022). Tak terkecuali kesehatan pada para santri, yang juga merupakan hal penting untuk diperhatikan. Hal ini dikarenakan para santri merupakan generasi penerus bangsa dan akan memasuki usia produktif. Sehingga kesehatan pada santri perlu menjadi perhatian bersama agar para santri terhindar dari berbagai ancaman penyakit baik yang menular maupun tidak menular. Ditambah lagi transisi para santri yang memasuki usia pubertas yang terlihat dengan tanda-tanda perubahan fisik, psikis, dan organ reproduksi. Dalam menghadapi masa pubertas, diperlukan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah dan mengatasi masalah yang ditimbulkan karena perubahan pada masa ini. Salah satu contoh pendidikan kesehatan adalah menjaga pola hidup bersih dan sehat.

Kumpulan tindakan yang dilakukan masyarakat berdasarkan pengetahuan setelah belajar untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesejahteraan, dan berperan aktif dalam penciptaan lingkungan yang sehat dikenal dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Pola hidup bersih dan sehat merupakan upaya untuk membentengi budaya individu, komunitas, atau masyarakat untuk menghargai dan mengutamakan kesehatan guna membangun kualitas hidup yang lebih baik (Setyawan & Sastro, 2024). Oleh karena itu, praktik hidup bersih dan sehat dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk di rumah, masyarakat, dan lingkungan dayah (Pesantren).

Diantara bentuk pendidikan kesehatan adalah membiasakan santri untuk cuci tangan pakai sabun secara rutin, sikat gigi pagi dan malam, rawat kulit muka dengan sabun dan pelembab khusus muka, mandi pakai sabun, menggunakan deodorant untuk cegah bau badan

tidak sedap, keramas dengan sampo yang sesuai dengan permasalahan rambut, mengonsumsi makanan dan minuman bergizi seimbang, dan menjaga kebersihan lingkungan dengan pemilahan dan pengelolaan sampah.

Rutinitas harian seseorang, keputusan gaya hidup, dan perilaku yang meningkatkan kesejahteraan mental, emosional, dan fisik adalah dasar dari gaya hidup sehat. Hal ini mencakup serangkaian kejadian sehari-hari yang merugikan dan terkait erat. Menjalani gaya hidup sehat yang mendukung kesejahteraan fisik dan emosional adalah komitmen seumur hidup, bukan sesuatu yang dilakukan sekaligus (Feibe Sumampouw, 2023; Fitriani & Maulida, 2023). Seseorang dapat secara efektif mengelola kesehatannya, menurunkan risiko penyakit, dan meningkatkan kualitas hidup dengan konsisten dalam mengelola seluruh aspek kesehatannya.

Sejalan dengan hal tersebut, Unilever Indonesia melalui berbagai brand perawatan tubuh, nutrisi, dan kebersihan tempat tinggal berkomitmen untuk dapat mengedukasi masyarakat termasuk para santri di Pesantren mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui kiat-kiat merawat kebersihan diri dan tempat tinggal untuk tingkatkan kesehatan dan kepercayaan diri. Tentunya hal ini juga sejalan dengan ajaran Islam mengenai kesucian adalah sebagian daripada iman. Permasalahan utama yang dihadapi oleh para pengelola lembaga pendidikan pesantren atau dayah adalah terus meningkatnya penyebaran penyakit menular dan kurang kesadaran santri dalam menjaga kesehatan selama berada dilingkungan dayah. Berdasarkan uraian masalah tersebut maka penulis memandang bahwa kegiatan pengabdian *Refreshment Training* dengan Tema **Program Pesantren “Santri Berseri” (Santri Bersih, Sehat dan Percaya Diri)** penting untuk dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri para santri di Indonesia dalam memasuki masa pubertas.

Tujuan Kegiatan

Kegiatan kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk:

1. Memberikan **pengetahuan** bagi santri tentang pentingnya menjaga dan merawat kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan tempat tinggal terutama di lingkungan dayah.
2. Menjadikan para peserta (santri) memiliki **kemauan** merawat diri, menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan tempat tinggal terutama di lingkungan dayah.
3. Menjadikan para peserta (santri) memiliki **kebiasaan** merawat diri, menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan tempat tinggal terutama di lingkungan dayah.

METODE

Metode pelaksanaan program pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahapan kegiatan, yang meliputi:

1. Survei Lokasi Kegiatan

Pelaksanaan program *Refreshment Training* dilakukan pada Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum Kota Banda Aceh. Survey dilakukan untuk mencari dan mengetahui permasalahan utama yang dihadapi oleh pengelola lembaga pendidikan dayah dan santri, khususnya yang terkait dengan kualitas kesehatan santri.

2. Audiensi dengan Calon Mitra

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan kegiatan audiensi para pelaksana kegiatan. Dari hasil audiensi HeartIndo dengan Dinas Pendidikan Dayah Kota Banda, Kamis 29 Desember 2023, yang dihadiri oleh Bapak Muhammad, S.Sos, M.M selaku Kepala

Dinas Pendidikan Dayah. Audiensi tersebut bertujuan untuk menjelaskan program *Refreshment Training* “Santri Berseri” (santri bersih, sehat dan percaya diri) pada Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum yang telah mendapatkan *Training Of Trainer* Santri Berseri tahun 2021. *Refreshment training* dilaksanakan pada tanggal 11 Januari 2024 di aula Dayah Inshafuddin Jalan Taman Ratu Safituddin No 3. Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh, Provinsi Aceh.

3. Melakukan Kerjasama dengan Mitra

Kerjasama dengan mitra program dilokasi pengabdian dilakukan antara pihak pelaksana yaitu Yayasan Unilever Indonesia (YUI) bersama mitranya Heartindo, Dinas Kesehatan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan serta Kementerian Agama Kota Banda Aceh dan Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum. Dalam kegiatan tersebut juga dibuat penjadwalan pelaksanaan kegiatan.

4. Evaluasi program dan Tindak lanjut.

Evaluasi dan tindak lanjut program kegiatan *Refreshment Training* meliputi evaluasi proses pelatihan kepada santri sebagai wahana transfer ilmu.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat yang dalam hal ini para santri Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum mengenai **Program Pesantren “Santri Berseri” (Santri Bersih, Sehat dan Percaya Diri)**, maka dilaksanakan *refreshment training* atau pelatihan penyegaran bagi para santri. Kegiatan Pelatihan penyegaran (*Refreshment Training*) dilaksanakan dengan menggunakan strategi yang disebut ASPEK (Ajarkan, Simulasi, Praktek, Evaluasi dan Kolaborasi) (Trisno & Nurhakim, 2023). Kegiatan tersebut diawali dengan menentukan mitra Lembaga yang mempunyai hubungan vertikal dan horizontal dengan permasalahan yang dihadapi Masyarakat. Pemilihan Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum sebagai tempat dan objek pelatihan, karena kedua Lembaga tersebut merupakan Lembaga Pendidikan keagamaan yang mempunyai potensi pengembangan yang tinggi dengan Tingkat resiko Kesehatan yang sangat rentan. Tahapan kegiatan meliputi:

1. Penyiapan peserta program yang terdiri dari santri dan satriwati serta Ustadz dan Ustazah Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum.
2. Pemilihan tempat pelatihan dilakukan dalam ruang terbuka yaitu aula Dayah Inshafuddin. Pemilihan tempat terbuka sengaja dilakukan supaya suasana pelatihan lebih santai dan fresh.
3. Menyiapkan kurikulum dan materi yang mudah dipahami oleh peserta kegiatan. Materi utama yang dipaparkan adalah terkait dengan Tema *Refreshment Training* Edukasi Santri Berseri (Bersih, Sehat dan Percaya Diri), dengan penekanan materi pada pemahaman merawat rambut, kulit, muka dan kelembaban badan serta kebersihan lingkungan. Materi disampaikan oleh fasilitator program yaitu Siti Fatimah, S. TP., M.K.M.

Program *Refreshment Training* Edukasi Santri Berseri diselenggarakan dengan tujuan untuk memberikan kesadaran kepada Masyarakat, khususnya para santri dan Ustadz/Ustazah, tentang pentingnya pemahaman mengenai Kesehatan lingkungan dan Kesehatan badan. Hal ini dilakukan untuk mencegah para santri dan Ustadz/Ustazah terjangkit penyakit menular, serta meningkat pemahaman para santri dan Ustadz/Ustazah tentang perawatan badan yang meliputi perawatan rambut, kulit, wajah dan kelembaban badan. Kegiatan perawatan badan harus dimulai sejak dini, sebagai Upaya menumbuhkan kesadaran dan kebiasaan para santri tentang pentingnya Kesehatan. *Refreshment training*

adalah tentang cara menerapkan strategi perubahan perilaku santri ini secara efektif untuk dapat meningkatkan kualitas Kesehatan (Andrade et al., 2023; Rhee et al., 2024).

Kegiatan ini di hadiri oleh 150 santri dan 50 ustad/zah dari Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum. Kegiatan ini di hadiri oleh Direktur PT, Unilever Indonesia Bapak Sandeep Kohli dan Ibu Elfi Emilia, Pimpinan Dayah Inshafuddin Tgk Nasrul Zahidy, S, Sos dan tim Heartindo. Pembukaan kegiatan oleh kepala Dinas Pendidikan Dayah Kota Bnada Aceh Bapak Muhammad, S, Sos, MM. Pemaparan materi yang disampaikan oleh Ibu Siti Fatimah, S, TP, M.K.M dari Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh, Materi disampaikan sangat menarik perhatian para santri, karena mejelaskan kiat-kiat merawat diri agar membantu tingkatan kesehatan dan kepercayaan diri diawali dengan cuci tangan pakai sabun secara rutin setelah beraktifitas, pastikan kulit bersih dan sehat dengan mandi dan cuci tangan pakai sabun. Keramas dengan *shampoo* yang sesuai dengan permasalahan rambut, memiliki gigi sehat dan napas segar dengan sikat gigi pagi dan malam, rawat kulit muka dengan sabun dan pelembab khusus muka, cegah bau badan tidak sedap dengan *deodorant anti-perspirant* serta jaga kulit tetap lembab dan cerah dengan losion khusus serta lindungi kulit wajah dengan menggunakan *sunscreen*.

Narasumber juga memberikan penjelasan jika merawat diri bukan hanya utuk santriwati tapi juga untuk santri (laki) agar lebih percaya diri seperti slogan santri berseri bersi, sehat dan percaya diri. Selanjutnya sesi terakhir para santri melalukan praktik membersihkan muka dan menggunakan *sunscreen* yang dipandu oleh narasumber. Selain penyampaian materi dan praktik membersihkan badan, terdapat beberapa output lain dari program tersebut yang sangat bermanfaat bagi para santri dan para pengelola dayah, serta para stakeholder lain, seperti kegiatan koordinasi mitra dengan pihak Dayah, sosialisasi pengetahuan kepada santri dengan cara Peer to Peer, Gerakan Santri Berseri dan Gerakan Pesantren atau Dayah Bersih.



(a)



(b)

Gambar 1. (a) Narasumber Memberi Penjelasan Tentang Perawatan Badan (b) Para Santri Belajar Menggunakan Sunscreen di Pandu Oleh Nara Sumber

Kegiatan pengabdian dengan tema Program Pesantren “Santri Berseri” (Santri Bersih, Sehat dan Percaya Diri) yang dilaksanakan dalam bentuk kegiatan Refreshment Training oleh Tim Pengabdian Masyarakat mendapatkan tanggapan yang sangat baik dan positif dari kalangan Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum Kota Banda Aceh. Tanggapan dan penghargaan yang positif juga disampaikan oleh mitra program yaitu Pimpinan Yayasan Unilever Indonesia (YUI) bersama mitranya Heartindo, Pimpinan Dinas Kesehatan, Pimpinan Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan serta Pimpinan Kementrian Agama Kota Banda Aceh. Salah satu bentuk penghargaan yang diberikan adalah penyerahan

sarana edukasi kepada para santri dan Ustadz/Ustazah dari Dayah Inshafuddin dan Dayah darul Ulum Kota Banda Aceh.



(a)



(b)

Gambar 2. (a) Penyerahan Sarana Edukasi (b) Foto Bersama Peserta Kegiatan

KESIMPULAN

Refreshment training adalah pelatihan yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan para peserta pelatihan (santri) mengenai pengetahuan baru, khususnya terkait dengan pengelolaan kesehatan masyarakat. Tujuan utama *refreshment training* bagi santri berseri adalah untuk memastikan kualitas Kesehatan para santri yang sedang menimba ilmu di pesantren atau dayah. Program pelatihan tersebut diharapkan akan menumbuhkan kesadaran bagi para santri terhadap pentingnya sehat, bersih dan percaya diri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut juga memberikan manfaat terhadap para stakeholder yang terlibat dalam program, yaitu kegiatan koordinasi mitra dengan pihak Dayah, sosialisasi pengetahuan kepada santri dengan cara *Peer to Peer*, Gerakan Santri Berseri dan Gerakan Pesantren natau Dayah Bersih.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini kami para pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Pimpinan mitra, yaitu Yayasan Unilever Indonesia (YUI) bersama mitranya Heartindo, Pimpinan Dinas Kesehatan, Pimpinan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan serta Pimpinan Kementerian Agama Kota Banda Aceh.
2. Pimpinan Dayah Inshafuddin dan Dayah Darul Ulum Kota Banda Aceh..

DAFTAR PUSTAKA

- Andrade, E., Quinlan, L. R., Harte, R., Reid-McDermott, B., Kirrane, F., Fallon, E., Kelly, M., Hall, T., Scully, M., Laffey, J., Pladys, P., Ryan, E., Byrne, D., & ÓLaighin, G. (2023). The development and preliminary evaluation of a clinician e-learning training platform for a neonatal sepsis risk monitor for use in ICU settings. *Applied Ergonomics*, 109(July 2022). <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2023.103990>
- Fathoni, M. A., & Rohim, A. N. (2019). Peran pesantren dalam pemberdayaan ekonomi umat di Indonesia. *CIMAE: Conference on Islamic Management, Accounting, and Economics*, 2, 133–140. <https://journal.uui.ac.id/CIMAE/article/view/12766/9450>
- Feibe Sumampouw, L. (2023). Pengaruh Terpaan Media Instagram Terhadap Perubahan Sikap Untuk Hidup Sehat. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Sosial*, 1(3), 123–129.

<https://doi.org/10.38035/jkis.v1i3>

- Fitriani, N. N., & Maulida, A. A. (2023). Mengatur Pola Hidup Sehat Dengan Berpuasa Menurut Ajaran Islam. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 719–731.
- Nurmadiansyah, M. T. (2016). MANAJEMEN PENDIDIKAN PESANTREN: SUATU UPAYA MEMAJUKAN TRADISI M. Thoriq Nurmadiansyah. *Jurnal MD : Membangun Profesionalisme Keilmuan, Edisi Janu*, 95–115. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/JMD/article/viewFile/998/918>
- Perawironegoro, D. (2019). Manajemen Asrama di Pesantren. *Tadbir : Jurnal Studi Manajemen Pendidikan*, 3(2), 129. <https://doi.org/10.29240/jsmp.v3i2.944>
- Rhee, K. E., Corbett, T., Patel, S., Eichen, D. M., Strong, D. R., Anderson, C., Marcus, B., & Boutelle, K. N. (2024). A randomized controlled trial examining general parenting training and family-based behavioral treatment for childhood obesity: The ReFRESH study design. *Contemporary Clinical Trials*, 142(May), 107562. <https://doi.org/10.1016/j.cct.2024.107562>
- Setyawan, F. B., & Sastro, G. (2024). Pengembangan Media Ludo Zimba Pada Materi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Siswa Kelas III SD Muhammadiyah Kauman. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 11(1), 81. <https://doi.org/10.25157/jwp.v11i1.12897>
- Trisno, Z., & Nurhakim, L. (2023). Efektifitas Cadre Refreshment dalam peningkatan peran kader dalam penanggulangan TBC di Kabupaten Sumenep. *Jurnal Abdi Masyarakat Kita*, 3(1), 25–39. <https://doi.org/10.33759/asta.v3i1.347>
- Wahyuddin, Saharuddin, Sapna Biby, Khairil Anwar, & Hilmi. (2022). Sosialisasi Serta Edukasi Literasi dan Perencanaan Keuangan. *Mejuajua: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(2), 47–51. <https://doi.org/10.52622/mejuajujabdimas.v3i2.103>