

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat
21 November 2020, Hal. 477-484
e-ISSN: 2686-2964

Peran taman pendidikan Al-Qur'an dalam menerapkan perilaku hidup sehat pada masa *new normal* di Kecamatan Depok Sleman

Feri Budi Setyawan, Suyitno

Universitas Ahmad Dahlan, Jalan Ki Ageng Pemanahan No. 19 Sorosutan Yogyakarta
Email: feri.setyawan@pgsd.uad.ac.id

ABSTRAK

Pandemi *COVID-19* seperti sekarang ini, kesehatan merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan. Segala sektor terkena dampak dari pandemi ini tidak terkecuali sektor pendidikan salah satunya pada taman pendidikan Al-Qur'an. Taman pendidikan AL-Qur'an mempunyai peran penting dalam edukasi hidup sehat pada masa *new normal*. Tujuan kegiatan ini adalah menumbuhkan perilaku hidup sehat pada masa *new normal* di Kecamatan Depok Sleman. Metode pelaksanaan yang digunakan adalah ceramah, diskusi, tanya-jawab, dan unjuk kerja. Hasil dan dampak kegiatan pengabdian ini adalah santri, wali santri, dan pengajar mendapatkan pengetahuan dasar tentang hidup sehat. Maka dari itu adanya kegiatan edukasi kesehatan pada masa *new normal* seperti ini diharapkan pada taman pendidikan al-qur'an di Kecamatan Depok Sleman berjalan dengan lancar dan melakukan pengawasan secara terus sehingga maksud dan tujuan dapat tercapai.

Kata kunci: Peran, perilaku hidup sehat, tpa

ABSTRACT

Covid-19 pandemic as it is today, health is a very important aspect of life. All sectors affected by this pandemic are no exception to the education sector in the al-qur'an education place. Al-qur'an education place has an important role to play in the education of healthy living in new normal times. The methods of implementation used are lectures, discussions, questions, and rallies. Students, parents and teachers gain basic knowledge about healthy living. Therefore, the health education activities in the new normal period such as this are expected in the al-qur'an education place in Depok Sleman sub-district to run smoothly and conduct continuous supervision so that the intent and objectives can be achieved.

Keywords : Role, healthy living, tpa

PENDAHULUAN

Negara kita saat ini sedang menghadapi pandemi virus COVID-19 dan pemerintah menerapkan kebijakan *new normal* sehingga semua orang diharapkan memiliki kesadaran untuk mengubah kebiasaan yang baru demi menghindari terpaparnya COVID-19. Pada masa *new normal* sekarang ini, kesehatan merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan. Kebersihan adalah sebagian dari iman. Ungkapan ini memang sangat tepat apabila dikaitkan dengan kebersihan khususnya lingkungan Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA), sebagai tempat penanaman nilai-nilai pendidikan karakter yang merupakan ajaran Agama Islam.

Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) menjadi posisi yang strategis dalam melaksanakan pendidikan kesehatan terutama dalam pola hidup sehat sejak dini. Salah satu bentuk perilaku hidup sehat tercermin pada sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas secara fisik, mental, dan sosial serta mempunyai produktivitas yang optimal. Untuk itu diperlukan upaya-upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan secara terus-menerus dimulai dari sejak dalam kandungan, usia balita, usia sekolah, sampai usia lanjut. TPA merupakan salah satu lembaga yang berperan dalam pembentukan perilaku hidup bersih. Perilaku terkait pendidikan kesehatan bertujuan mengubah perilaku yang tadinya tidak sehat menjadi sehat dan bertanggung jawab pada kesehatan diri siswa itu sendiri. Pendidikan yang diajarkan dimulai dari hal-hal kecil, karena dari sesuatu hal yang kecil akan menjadi besar. Perilaku yang terkait kebersihan pribadi yang siswa sering mengabaikan, seperti tidak cuci tangan menggosok gigi kurang teratur, membersihkan dan memotong kuku menunggu panjang dan kotor, kurang menjaga kerapihan rambut dan cara berpakaian. Perilaku-perilaku tersebut tergolong hal kecil dan mudah dilakukan.

Menurut data Kesehatan Riset Dasar (Kementrian Kesehatan RI, 2014), berdasarkan pola penyebab kematian semua umur, diare menduduki peringkat ke-13 dengan proporsi kematian sebesar 3,5%. Sementara dengan mencuci tangan dapat menurunkan potensi diare sebesar 47%. Seiring meningkatnya kesadaran masyarakat akan kebersihan, maka mencuci tangan menjadi suatu kebutuhan. Namun secara realitas masih banyak orang yang malas melakukannya. Berbagai upaya dilakukan untuk mengurangi gangguan penyakit yang disebabkan oleh mikroba mulai dari pencegahan hingga pengobatan. Salah satu upaya sederhana dalam melakukan pencegahan yaitu dengan penggunaan *hand sanitizer* dan mencuci tangan (Kementrian Kesehatan, 2020). Kelangkaan dan harga *hand sanitizer* di pasaran yang terlampaui mahal menyebabkan masyarakat ada yang tidak mampu membeli. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan *hand sanitizer* ternyata memiliki dampak yang cukup besar terhadap kesehatan tidak terkecuali pada anak sejak dini.

Perilaku hidup sehat begitu penting untuk dikembangkan sejak dini di lingkungan Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA). Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) berperan menjadi pintu masuk dari perubahan perilaku sehat tersebut. Menurut Achadi (2010:47) bahwa pengetahuan tentang perilaku sehat pada anak dan orang tua masih kurang sehingga peran Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) menjadi sangat penting dalam merubah dan memberikan pemahaman tentang perilaku hidup sehat. Terkait dengan kurangnya pengetahuan tentang perilaku sehat tersebut, Krianto (2009:258) menyatakan bahwa tingkat perilaku hidup sehat anak usia dini masih rendah dibuktikan dengan masih rendahnya tingkat pengetahuan serta praktik tentang perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut Arifin (2007:31) menyatakan bahwa sebuah institusi/lembaga yang terorganisir dengan baik salah satunya ialah Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) dapat menjadi: tempat dalam pembentukan karakter (*character building*) serta media yang mampu menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat (*habit of healty life*). Pembiasaan hidup

sehat bagi anak serta lingkungan pendidikan yang sehat perlu diwujudkan dan menjadi tujuan penyelenggaraan madrasah sehat. Sehingga dalam konteks lingkungan pendidikan yang sehat, maka lingkungan dan aktivitas anak harus baik, aman, dan bermutu untuk meningkatkan kualitas anak Indonesia melalui Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA). Dari berbagai hasil pelacakan literatur bahwa penelitian mengenai perilaku hidup sehat cukup banyak dilakukan. Akan tetapi, yang mengangkat peran Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) dalam menumbuhkan perilaku hidup sehat masih sangat terbatas. Untuk itu pengkajian lebih mendalam mengenai hal ini sangat diperlukan mengingat Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) merupakan fondasi bagi penumbuhan karakter khususnya perilaku hidup sehat di masa *new normal* saat ini.

Peran Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) dalam menumbuhkan perilaku hidup sehat pada masa *new normal* di Kecamatan Depok Sleman menjadi penting untuk dilakukan dalam membangun karakter anak yang terbiasa akan pola hidup sehat. Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di sejumlah Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) terdapat temuan Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) yang menarik untuk didalami lebih lanjut programnya di masa *new normal* bertujuan untuk menumbuhkan perilaku hidup sehat kepada semuanya. Fenomena yang tampak pada Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) yang menerapkan disiplin yang ketat terutama mengenai kebersihan diri dan lingkungan berdampak pada kebiasaan untuk hidup sehat dalam kesehariannya. Fenomena lain, khususnya di Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) Kecamatan Depok Sleman yang amati, memiliki menerapkan lingkungan dengan protokol kesehatan yang memadai.

METODE

Kegiatan pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini bekerjasama dengan Badan Koordinasi TKA-TPA Rayon Depok Kabupaten Sleman. Dilaksanakan tanggal 25 September 2020 sampai 12 Oktober 2020, target peserta semula yaitu meliputi 5 Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) di wilayah Kecamatan Depok Sleman akan tetapi ditengah kondisi pandemi seperti ini berkurang menjadi 3 Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) saja yaitu TPA Permata, TPA Nurul Iman, dan TPA Al Qona'ah. Kegiatan ini menggunakan metode berbentuk ceramah mengenai pendidikan kesehatan, dikusi tanya-jawab dengan para santri, wali santri dan pengajar, unjuk kerja dalam praktek dalam kehidupan sehari-hari perilaku hidup sehat. Secara umum tahapan dalam pengabdian ini dapat dilihat pada tabel 1.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Hasil kegiatan ini memberi tambahan wawasan pada pengurus madrasah di Kecamatan Depok tentang bagaimana melakukan perilaku hidup sehat di masa *new normal* seperti sekarang ini kepada santri, wali santri serta pengajar di Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) Se-Kecamatan Depok. Mulai dari santri, wali santri serta pengajar di Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) mendapatkan tambahan pengetahuan tentang pendidikan kesehatan yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Adapun rangkaian kegiatan dalam pengabdian ini dapat dilihat pada gambar 1, 2, dan 3

Perilaku budaya hidup sehat dapat terlihat baik di rumah maupun dilingkungan lainnya selama masa pandemi COVID-19 seperti saat ini tidak terkecuali pada Taman Pendidikan Al-Qur'an. Pembiasaan perilaku hidup sehat dan bersih yang diterapkan pada anak berbeda-beda, cara guru/orang tua/orang lain membiasakan perilaku hidup sehat dan bersih kepada anak pun berbeda pula. Pengetahuan tentang pendidikan kesehatan pada anak perlu diberikan sejak dini. Perilaku hidup sehat merupakan latihan yang dipraktekkan secara sadar sebagai

hasil belajar untuk menolong diri sendiri dan keluarga dalam bidang kesehatan (Wiranata, 2020).

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

No	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Keterangan
1.	Persiapan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Koorinasi tim dengan TKA-TPA Se-Kecamatan Depok 2. Penyusunan program dan materi pendidikan kesehatan bersama badan koordinasi TKA-TPA Se-Kecamatan Depok 	1. 25 September 2020-26 September 2020
2.	Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sosialisasi kesehatan dengan santri/pengajar TPA maupun wali santri di TPA Permata, TPA Nurul Iman dan TPA Al qona'ah 	1. 28 September 2020, 02 Oktober 2020 dan 03 Oktober 2020
3.	Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melihat secara langsung bagaimana TPA Permata, TPA Nurul Iman dan TPA Al qona'ah dalam melakukan pola hidup sehat (mencuci tangan baik dan benar, cara memakai masker dan menjaga jarak aman dengan teman) 	1. 12 Otober 2020, 09 Oktober 2020 dan 10 Oktober 2020



Gambar 1. Suasana ceramah



Gambar 2. Suasana kegiatan praktek



Gambar 3. Suasana pemutaran video belajar

Pembiasaan perilaku hidup sehat sangat tepat dibiasakan sejak dini dikarenakan pada usia kurang dari 5 tahun rentan terhadap virus dan penyakit (Clark et al., 2016). Semakin menyebarnya virus covid-19 saat ini merupakan saat yang tepat untuk melindungi dan meningkatkan kesehatan. Makan sehat sangat penting untuk menjaga sistem kekebalan tubuh dalam kondisi prima. Pembiasaan budaya hidup sehat dan bersih yang diterapkan pada anak melalui berbagai cara yang sederhana dan mudah dipahami oleh anak. Pembiasaan perilaku hidup sehat dan bersih dapat dilihat dengan membiasakan olahraga teratur, rajin cuci tangan, pakai masker, menjaga jarak aman, beristirahat yang cukup dan memakan-makanan yang bergizi. Pembiasaan pola hidup sehat pada anak dapat diterapkan dengan metode pemodelan yaitu teknik yang dilakukan dengan memberikan contoh langsung kepada anak kemudian anak secara langsung mempraktekkan apa yang telah dicontohkan oleh guru atau orangtua (Arifiyanti & Prasetyo, 2018). Sebagai contoh seperti pengajar mengirimkan video tata cara mencuci tangan dengan baik dan benar kemudian santri/anak mengikuti instruksi tersebut, orangtua merekam kegiatan anak kemudian di kirimkan kembali kepada pengajar.

Pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak bertujuan untuk meningkatkan kesehatan anak. Kesehatan merupakan modal dasar untuk melakukan semua kegiatan. Kesehatan yang buruk mengakibatkan banyak ancaman dan bahaya terutama bagi anak. Ancaman tersebut seperti penyakit yang disebabkan virus ataupun bakteri maupun jamur (Suyatmin & Sukardi, 2018). Pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak diharapkan dapat memutus rantai penyebaran penyakit. Anak-anak yang sehat akan berkembang sesuai usia, bersih, menyenangkan, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan (Wijayanti, 2017). Adanya pendidikan kesehatan berbasis TPA ini diharapkan selain TPA akan menjadi menjadikan madrasah berbasis kesehatan serta memutus rantai COVID-19 juga dapat mulai beradaptasi di masa *new normal*.

Dari hasil pengabdian ini dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan untuk Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) Se-Kecamatan Depok memberi dampak yang signifikan antara lain: (1) meningkatkan pemahaman bagi pengurus TPA akan pentingnya pendidikan kesehatan di masa pandemi seperti ini di lingkungan TPA Kecamatan Depok, (2) bagi santri dan pengajar menjadi lebih mengutamakan protokol kesehatan dalam proses pembelajaran di lingkungan TPA dan (3) bagi orang tua mendapatkan ilmu dalam menjaga kesehatan terutama perilaku hidup sehat di lingkungan keluarga.

SIMPULAN

Menerapkan perilaku hidup sehat pada Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) Se-Kecamatan Depok di masa pandemi COVID-19 dapat dilakukan dengan cara mengingatkan memakai masker, cuci tangan, jaga jarak, istirahat yang cukup, makan makanan bergizi seperti sayur dan buah-buahan, serta rajin berolah raga. Sedangkan untuk menerapkan perilaku hidup sehat di lingkungan TPA, pengajar memberikan mengecek suhu tubuh sebelum kegiatan dan membiasakan anak melakukan cuci tangan dengan sabun, menjaga jarak dan memakai pelindung diri/masker. Pembiasaan perilaku hidup sehat dan bersih dapat terwujud apabila ada kerjasama antara pengajar, santri dan orangtua/wali santri. Kegiatan ini dapat membantu pengajar mengetahui bagaimana cara membiasakan pola hidup sehat dan bersih pada anak selama pandemi COVID-19 serta mulai beradaptasi di masa *new normal*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam kegiatan pengabdian ini tidak terlepas dukungan dari berbagai pihak. Penulis secara khusus mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu. Penulis banyak menerima bantuan dari berbagai pihak baik yang bersifat moral maupun material. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kushartanto, S. Sos., sebagai ketua umum Badan Koordinasi TKA-TPA Kecamatan Depok yang telah memberikan izin dan kemudahan dalam melakukan pengabdian ini.
2. TPA Permata, TPA Nurul Iman, dan TPA Al Qona'ah, yang telah memberikan izin dalam melakukan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifiyanti, N., & Prasetyo, I. (2018). *Personal Hygiene Learning in Preschool Classroom*. 7(2), 8. <https://doi.org/DOI.10.15294/IJECES.V7I2.23170>.
- Arifin, I. (2007). *Strategi Mencapai Prestasi Juara UKS Nasional Kasus Anak Usia Dini*. Malang: Aditya Media.

- Achadi, E. dkk. (2010). *Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang Masyarakat*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 5, No. 1, Agustus 2010.
- Clark, J., Henk, J. K., Crandall, P. G., Crandall, M. A., & O'Bryan, C. A. (2016). *An observational study of handwashing compliance in a child care facility*. American Journal of Infection Control, 44(12), 1469–1474. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2016.08.006>.
- Kemkes. (2020). *Panduan Pelayanan Kesehatan Pada Masa Tanggap Darurat COVID-19*. Kemkes.
- Kemkes RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemkes.
- Krianto. T. (2009). *Perilaku Hidup Bersih Sehat dengan Pendekatan Partisipatif*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 3, No. 6, Juni 2009.
- Suyatmin, S., & Sukardi, S. (2018). *Development of Hygiene and Healthy Living Habits Learning Module for Early Childhood Education Teachers*. Unnes Journal of Public Health, 7(2), 89–97. <https://doi.org/10.15294/ujph.v7i2.19470>.
- Wijayanti, N. A. (2017). *Implementation of Role Playing Method in the Hygiene Hadith Learning Toward Early Children's Healthy Behavior of Group B in Dabin Aggrek*. Gunungpati Semarang. 5
- Wiranata, I. G. L. A. (2020). *Penerapan Positive Parenting dalam Pembiasaan Pola Hidup Bersih dan Sehat kepada Anak Usia Dini*. 7.

