

INTEGRASI NILAI-NILAI ISLAM DALAM MEMBENTUK PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT

Nurfatimah Handayani Sukma

Kesehatan Masyarakat, STIKes Griya Husada Sumbawa, Sumbawa Nusa Tenggara
Barat

*email: nurfatimah.h.s25@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi penerapan nilai-nilai Islam sebagai panduan dalam mendorong perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan mahasiswa kesehatan masyarakat semester tiga. Fokus penelitian ini adalah integrasi nilai-nilai agama dalam praktik kesehatan, dengan mempertimbangkan peran mahasiswa sebagai agen perubahan sosial. Pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif digunakan, dengan data yang dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif selama 11 hingga 13 Desember 2024. Hasil menunjukkan bahwa mahasiswa secara aktif menerapkan nilai-nilai Islam seperti kebersihan, kedisiplinan, dan tanggung jawab yang mendukung PHBS. Kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental sebagai bagian dari ibadah juga teridentifikasi. Penelitian ini merekomendasikan penguatan pendidikan kesehatan berbasis nilai-nilai Islam di lingkungan kampus dan pengembangan program pendukung untuk mempromosikan PHBS. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar ilmiah untuk meningkatkan kesadaran dan komitmen mahasiswa terhadap PHBS yang sejalan dengan ajaran agama.

Kata kunci: Nilai Islam, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, Pendekatan Kualitatif

ABSTRACT

This research aims to explore the application of Islamic values as a guide in encouraging clean and healthy living behavior (PHBS) among third semester public health students. The focus of this research is the integration of religious values in health practices, taking into account the role of students as agents of social change. A qualitative approach with a descriptive design was used, with data collected through in-depth interviews and participant observation during 11 to 13 December 2024. The results show that students actively apply Islamic values such as cleanliness, discipline and responsibility that support PHBS. Awareness of the importance of maintaining physical and mental health as part of worship was also identified. This research recommends strengthening health education based on Islamic values in the campus environment and developing supporting programs to promote PHBS. It is hoped that the research results will become a scientific basis for increasing students' awareness and commitment to PHBS which is in line with religious teachings.

Keywords: *Islamic Values, Clean and Healthy Living Behavior, Public Health Students, Qualitative Approach.*

Histori Artikel:

Diserahkan: 15 Januari 2025

Diterima setelah Revisi: 18 Mei 2026

Diterbitkan: 30 Juni 2026

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan elemen fundamental dalam menjaga kualitas kesehatan individu dan komunitas. Bagi mahasiswa kesehatan masyarakat, PHBS tidak hanya penting untuk kesehatan pribadi tetapi juga berperan dalam tanggung jawab sosial mereka sebagai agen perubahan. PHBS mencakup berbagai tindakan preventif seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan lingkungan, dan pola makan sehat. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi dan sosialisasi tentang PHBS efektif dalam meningkatkan pemahaman dan praktik perilaku sehat di masyarakat (Sitorus et al., 2022; Susantiningsih et al., 2019; Cahyanto et al., 2021).

Pendekatan berbasis pelatihan dan penyuluhan terbukti meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya PHBS. Contohnya, pelatihan mencuci tangan di Desa Pangkalan Jati berhasil meningkatkan kesadaran peserta tentang pentingnya kebersihan (Susantiningsih et al., 2019). Selama pandemi COVID-19, penyuluhan kesehatan juga meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit (Cahyanto et al., 2021; Lailiyah et al., 2021). Namun, tantangan utama adalah memastikan keberlanjutan PHBS, terutama bagi mahasiswa yang terpapar pengaruh sosial dan lingkungan yang kurang mendukung.

Dalam konteks ini, nilai-nilai Islam dapat menjadi strategi efektif untuk memperkuat komitmen mahasiswa terhadap PHBS. Islam menekankan kebersihan sebagai bagian dari iman, dengan menekankan bahwa kebersihan fisik dan spiritual saling berkaitan. Praktik mencuci tangan sebelum makan dan menjaga kebersihan lingkungan, misalnya, merupakan bagian dari anjuran agama yang relevan dengan prinsip

PHBS (Nurazizah, 2021). Dengan demikian, penerapan nilai-nilai Islam dapat memberikan landasan moral dan spiritual yang kuat untuk mendorong perilaku hidup sehat.

Selain itu, pendidikan kesehatan berbasis nilai-nilai Islam memiliki potensi untuk meningkatkan efektivitas program kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa integrasi nilai budaya dan agama dalam pendidikan kesehatan dapat memperkuat motivasi individu dalam menerapkan perilaku sehat (Laudasarni, 2024; Fadylah, 2024). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi penerapan nilai-nilai Islam dalam membentuk PHBS di kalangan mahasiswa kesehatan masyarakat semester tiga. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan pendidikan kesehatan berbasis agama.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi penerapan nilai-nilai Islam dalam membentuk PHBS pada mahasiswa kesehatan masyarakat semester tiga. Lokasi penelitian adalah Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Griya Husada Sumbawa, dengan partisipan sebanyak 10 mahasiswa yang dipilih secara acak. Kriteria inklusi mencakup mahasiswa yang aktif di kampus dan memiliki pemahaman tentang nilai-nilai Islam. Partisipan juga harus bersedia berbagi pengalaman terkait implementasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi, yang dilaksanakan pada 11 hingga 12 Desember 2024. Wawancara semi-terstruktur mencakup pertanyaan mengenai pemahaman nilai-nilai Islam, praktik PHBS yang diterapkan, serta

tantangan dalam mengimplementasikannya. Setiap sesi wawancara berlangsung selama 30-45 menit dan direkam untuk memastikan akurasi dokumentasi. Observasi dilakukan di lingkungan kampus untuk mengamati perilaku mahasiswa terkait kebersihan dan kesehatan.

Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Proses analisis mencakup transkripsi wawancara, pengkodean data, dan identifikasi tema utama. Tema-tema ini dianalisis lebih lanjut untuk memahami hubungan antara nilai-nilai Islam dan PHBS mahasiswa. Untuk memastikan validitas data, dilakukan triangulasi sumber dengan membandingkan data wawancara dan observasi. Selain itu, member checking dilakukan dengan meminta partisipan memverifikasi hasil wawancara yang ditranskripsi.

Penelitian ini mematuhi prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk persetujuan partisipan sebelum wawancara, menjaga kerahasiaan identitas partisipan, dan memberikan kebebasan bagi partisipan untuk menarik diri kapan saja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagian besar partisipan memiliki pemahaman yang baik tentang nilai-nilai Islam terkait kebersihan dan kesehatan. Mereka menganggap kebersihan sebagai bagian dari ibadah dan mengaitkannya dengan nilai spiritual. Praktik mencuci tangan sebelum makan dan menjaga kebersihan lingkungan menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari mereka.

Mahasiswa menerapkan berbagai praktik PHBS, seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menjaga kebersihan lingkungan, menghindari konsumsi makanan tidak sehat, dan berolahraga secara teratur melalui kegiatan kampus.

Beberapa tantangan yang dihadapi mahasiswa meliputi keterbatasan waktu akibat jadwal kuliah yang padat, pengaruh sosial dari teman yang kurang mendukung, serta minimnya fasilitas kesehatan di kampus.

Dukungan dari teman, dosen, dan program kampus berperan penting dalam membantu mahasiswa menerapkan PHBS. Kegiatan edukasi kesehatan di kampus meningkatkan kesadaran dan motivasi mereka untuk hidup sehat.

Materi pendidikan kesehatan yang diajarkan di kelas memberikan landasan teoretis dan memperkuat komitmen mahasiswa terhadap PHBS. Integrasi nilai-nilai agama dalam pendidikan kesehatan terbukti memperkuat motivasi untuk menjalani hidup sehat.

SIMPULAN

Penelitian ini menyoroti pentingnya nilai-nilai Islam dalam membentuk PHBS di kalangan mahasiswa kesehatan masyarakat. Dukungan sosial, pendidikan kesehatan, dan penguatan nilai agama memiliki peran signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan komitmen terhadap kesehatan. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program pendidikan kesehatan berbasis agama yang lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadylah, F. (2024). Peran nilai budaya dalam pendidikan kesehatan. *Jurnal Ilmu Sosial dan Kesehatan*, 12(4), 78–89.
- Laudasarni, L. (2024). Pendidikan kesehatan berbasis agama. *Jurnal Kesehatan Berkelanjutan*, 18(2), 56–67.
- Nurazizah, N. (2021). Kebersihan dalam Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 10(1), 34–40.

- Sitorus, D., et al. (2022). Judul artikel. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 123–130.
- Susantiningih, R., et al. (2019). Judul artikel. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 12(2), 45–50.