



## Optimalisasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tahanan Pada Rumah Tahanan Kelas II B Gianyar

Feby Kurnia Rapanca Gumay<sup>1</sup>, Dian Marva Dilla<sup>2</sup>, Naila Radha Olivia<sup>2</sup>, Ni Made Jyotiara Nandita Prasasti<sup>3</sup>, Muhammad Ali Equatora<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departements of Community Guidance, Politeknik Ilmu Pemasarakatan, Indonesia

<sup>2</sup>Departements of Correctional Technic, Politeknik Ilmu Pemasarakatan, Indonesia

<sup>3</sup>Department of Correctional Management, Politeknik Ilmu Pemasarakatan, Indonesia

**Corresponding Author:** Muhammad Ali Equatora; Email: [bangtora1973@gmail.com](mailto:bangtora1973@gmail.com)

### ARTICLE INFO

*Keywords:* Clean and Healthy Living Behaviors, Community Service, Prisoners.

*Received* : 17 March 2023

*Revised* : 07 April 2023

*Accepted* : 10 April 2023

### ABSTRACT

Clean and healthy living behaviors, basically changing the environment to be healthier, reducing the spread of disease, people can take advantage of the services and health facilities that have been provided, exercise consistently can make the body fresher and fitter and also protected from various disease viruses, add soul always to be productive, live more neatly organized and always positive thinking. The health of the assisted residents is one of the essential things to be more concerned about regarding PHBS contained in the detention center environment. The Method of Implementing Community Service begins with carrying out observations, preparing programs, and implementing the PHBS program. Optimization of the Implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) Prisoners at the Gianyar Class IIB Detention Center is a form of our implementation and dedication to PKM activities.

### PENDAHULUAN

Gaya hidup bersih dan sehat mempunyai dasar bahwasannya sebuah usaha untuk menyebarluaskan pengalaman terkait dengan penerapan gaya hidup bersih dan sehat melalui personal, golongan maupun sekelompok masyarakat dengan perantara komunikasi sebagai jalur berbagai informasi. Terdapat beberapa informasi yang bisa disebarluaskan seperti halnya materi pembelajaran untuk memperbanyak wawasan dan gaya hidup yang bersih dan sehat. Sebuah penerapan sosial yang memiliki tujuan untuk mengubah masyarakat luas menjadi contoh perubahan supaya dapat menambah nilai perilaku dalam kesehariannya dengan bertujuan hidup yang lebih bersih dan sehat itulah yang dinamakan PHBS (Abidah & Huda, 2018).

Dalam rangka meningkatkan jasa layanan medis dalam lembaga kemasyarakatan, pentingnya kegiatan yang mensosialisasikan tentang penerapan gaya hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan kesehatan serta gaya hidup terhadap warga binaan di lembaga kelas IIB Gianyar. Sebuah perwujudan

dari bentuk gaya hidup sehat dalam lingkup individu, keluarga, dan masyarakat yang menerapkan gaya hidup sehat di dalam keseharian dan menjauhi hal-hal yang buruk yang tidak diinginkan yang dapat mengganggu kesehatan tubuh (Abidah & Huda, 2018). Terdapat beberapa indikasi yang digunakan untuk tolak ukur dalam kesuksesan program PHBS di rumah tahanan, yakni dengan memelihara rambut agar senantiasa bersih dan rapi, menggunakan pakaian yang bersih, menjaga kuku supaya tetap pendek dan bersih, menggunakan alas kaki, serta berolahraga secara teratur dan konsisten. Terdapat tujuan dari PHBS adalah untuk menambah, menjaga, serta melindungi kesehatan masyarakat umum, baik secara jasmani, batin, spiritual, maupun sosial (Angelia et al., 2020).

PHBS pada dasarnya mengubah lingkungan menjadi lebih sehat, menekan angka penyebaran penyakit, masyarakat bisa memanfaatkan layanan serta fasilitas kesehatan yang telah disediakan, olahraga secara konsisten dapat membuat tubuh lebih segar dan bugar dan juga terlindung dari berbagai

virus penyakit, menambah jiwa untuk selalu produktif, hidup lebih tertata rapi dan selalu positif *thinking*. Kesehatan warga binaan adalah salah satu hal yang penting untuk menjadi perhatian lebih terkait PHBS yang terdapat pada lingkungan rutan (Damapolii et al., 2013).

Konsideran UU No. 12 Tahun 1995 menyatakan, pemberian hukuman terhadap narapidana (*napi*), bukan hanya memiliki tujuan untuk menghukum saja, namun hal tersebut adalah serangkaian dari penegakan hukum agar tersangka menyadari akan kesalahannya, memperbaiki diri untuk menjadi yang lebih baik kedepannya, enggan mengulangi perbuatan yang salah kembali agar dapat diterima baik di lingkungan masyarakatnya. Rumah tahanan (Rutan) merupakan wadah untuk memberikan pengajaran dan menjadikan warga binaan menjadi manusia yang baik, bertanggung jawab, dan tentunya dapat memberikan manfaat kepada masyarakat maupun lingkungan sekitarnya (Candraningrum, 2016). Terdapat peraturan untuk warga binaan secara tegas yang disebut sistem pemasyarakatan seperti contohnya memberikan hak untuk melakukan interaksi sosial, memberikan hak untuk di jenguk, memberikan hak untuk mendapatkan remisi, cuti, asimilasi serta bebas bersyarat, memberikan hak untuk beribadah sesuai dengan keyakinan masing-masing, memberikan hak dan wewenang untuk menyampaikan keluh kesah dan hak untuk mendapatkan jasa layanan kesehatan dan lain lain.

Dalam menunjang pelayanan kesehatan di dalam lembaga kemasyarakatan, diperlukan kegiatan mengimplementasikan gaya hidup yang bersih dan sehat guna menunjang kesehatan beserta pola hidup dari Tahanan di lembaga kelas IIB Gianyar. Sebuah perwujudan dari bentuk gaya hidup sehat dalam lingkup individu, keluarga, dan masyarakat yang menerapkan gaya hidup sehat serta merupakan suatu pembiasaan masyarakat dalam pengimplementasian gaya hidup yang sehat dalam keseharian serta menjauhi perilaku buruk yang bisa mengusik kesehatan (Didik Budijanto et al., 2016). Terdapat beberapa indikasi yang digunakan untuk tolak ukur dalam kesuksesan program PHBS di rumah tahanan, yakni dengan memelihara rambut agar senantiasa bersih dan rapi, menggunakan pakaian yang bersih, menjaga kuku supaya tetap pendek dan bersih, menggunakan alas kaki, serta

berolahraga secara teratur dan konsisten (McKenna et al., 2015).

Terdapat tujuan dari PHBS adalah untuk menambah, menjaga, serta melindungi kesehatan masyarakat umum, baik secara jasmani, batin, spiritual, maupun sosial (Forsyth et al., 2017). PHBS pada dasarnya mengubah lingkungan menjadi lebih sehat, menekan angka penyebaran penyakit, masyarakat bisa memanfaatkan layanan serta fasilitas kesehatan yang telah disediakan, olahraga secara konsisten dapat membuat tubuh lebih segar dan bugar dan juga terlindung dari berbagai virus penyakit, menambah jiwa untuk selalu produktif, hidup lebih tertata rapi dan selalu positif *thinking*. Kesehatan warga binaan adalah salah satu hal yang penting untuk menjadi perhatian lebih terkait PHBS yang terdapat pada lingkungan rutan (Brooker et al., 2018).

Maka dari ini Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan di Rutan Kelas IIB Gianyar terdapat masalah yang timbul yaitu sebagai berikut:

1. Kurang optimalnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di Rutan Kelas IIB Gianyar.
2. Adanya penyebaran penularan skin disease terutama penyakit scabies di lingkungan Rutan Kelas IIB Gianyar.

Maka dari itu kami sebagai pengamat yang ditugaskan oleh Politeknik Ilmu Pemasyarakatan ingin memberikan kontribusi pada Rutan Kelas IIB Gianyar dalam optimalisasi penerapan gaya hidup yang berpedoman dengan kebersihan dan kesehatan kepada warga binaan pemasyarakatan di Rutan Kelas IIB Gianyar.

Rumah tahanan Merupakan wadah dimana para warga binaan melakukan fase pelaksanaan sanksi hukum akibat perbuatannya. Pernyataan ini sesuai dengan UU No.12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan yang menjelaskan bahwa Rutan adalah tempat warga binaan (Warga binaan) narapidana untuk menjalani proses penegakkan hukum yang berharap kelak mereka keluar mereka bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan tentunya memberikan manfaat kepada masyarakat, bangsa, dan Negara tercinta kita (Abidah & Huda, 2018).

Namun dalam pelaksanaan dilapangan ternyata menemui beberapa masalah yang saat ini masih terjadi yaitu *Overcrowded* Rutan, dimana jumlah penghuni Rutan atau Tahanan melebihi dari kapasitas hunian Rutan yang mana hal tersebut

menimbulkan masalah lain yang salah satunya adalah masalah kesehatan Narapidana yaitu rawannya resiko terjadinya penyakit menular (Whitehead, 2006). Banyak kejadian berdasarkan survei dan berita online memaparkan bahwa jenis penyakit menular yang sering dialami oleh narapidana adalah penyakit kulit menular (Gatal-gatal) atau sering disebut scabies. Penyakit tersebut sering dialami Narapidana karena banyak faktor seperti kondisi Lingkungan Rutan, kualitas layanan kesehatan dan Pola Hidup Narapidana selama menjalani pidana di Rutan (Brooker et al., 2018).

Optimalisasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan untuk meminimalisir terjadinya peningkatan penyebaran penyakit kulit menular tersebut, melihat Rutan sama halnya mempunyai kekurangan akan tingkat pelayanan kesehatan pribadi maka dari itu penting adanya jalan pintas atau peraturan lain contohnya penerapan hidup bersih dan sehat warga binaan supaya tingkat pelayanan kesehatan warga binaan atau tahanan selalu terpantau serta tidak terjadi problematika dalam segi medis seperti penularan penyakit kulit (Kipping et al., 2011).

#### **METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian Kepada Masyarakat adalah wujud kegiatan yang mengabdikan pada lingkungan masyarakat yang mempunyai sifat tersendiri, sebab di dalam PKM janji pendidikan beserta pengajaran, penelitian dan pengabdian terhadap masyarakat dicampurkan kedalamnya serta membangun kerja sama antar beberapa taruna dan mentor yang ditambahkan dengan unsur pemasyarakatan. Suatu kegiatan yang termasuk dalam kegiatan perkuliahan dan merupakan serangkaian dari akhir perkuliahan yang diterapkan dengan wujud bentuk mengabdikan kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh taruna atau mahasiswa secara umum itu yang dinamakan dengan PKM (Abbott et al., 2020). Sasaran dalam kegiatan ini adalah untuk membangun rasa peka dan sosial taruna dan turut andil dalam proses pembangunan.

Pelaksanaan PKM mempunyai sasaran untuk menumbuhkan rasa simpati, empati dan kepedulian atas problematika yang ada serta untuk mengetahui berbagai permasalahan secara nyata yang sedang dihadapi baik narapidana, petugas pemasyarakatan, hingga keluarga warga binaan yang berada di Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar. Dalam

pelaksanaan kegiatan PKM meliputi banyak kegiatan, yaitu:

##### 1. Melakukan Observasi

Kegiatan pelaksanaan dalam PKM diawali dengan melakukan observasi atau mengumpulkan sejumlah data dengan teknik melaksanakan observasi dan mencatat secara terstruktur dan runtut akan indikasi pada objek penelitian yaitu tahanan. Kegiatan pengamatan dilaksanakan guna melihat berbagai keterbatasan dan hambatan yang terdapat di Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar (Equatora et al., 2020). Dari hasil observasi kami, kami menemukan 2 permasalahan yang dapat dijadikan program dalam PKM kami ini, meliputi:

- a. Kurang optimalnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di Rutan Kelas IIB Gianyar.
- b. Adanya penyebaran penularan skin disease terutama penyakit scabies di lingkungan Rutan Kelas IIB Gianyar.

##### 2. Berkonsultasi dengan mentor/pembimbing

Setelah mendapatkan pilihan mengenai program PKM yang dapat melalui pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan selanjutnya kami berkonsultasi dengan mentor/pembimbing kami guna menentukan program PKM yang akan kami jalani. Dengan saran dan masukan dari mentor/pembimbing kami, maka program yang kami jalani ialah Optimalisasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tahanan pada Rumah Tahanan Kelas IIB Gianyar.

##### 3. Merancang program

Kegiatan berikutnya ialah merancang program dan menyusun program. Perancangan program dilakukan dengan menentukan dan berkoordinasi kepada mentor terkait hasil observasi. Serta mengembangkan sosialisasi terkait penerapan PHBS.

##### 4. Mempersiapkan hal-hal di dalam melakukan kegiatan PKM

Di dalam program kali ini kami membantu mempersiapkan peralatan, fasilitas, dan hal-hal yang meningkatkan kesuksesan dalam optimalisasi penerapan PHBS di Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar.

##### 5. Evaluasi penerapan PHBS

Setelah mensosialisasikan PHBS kepada tahanan di rutan kelas IIB Gianyar, kami berkoordinasi kembali dengan para pejabat di Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar, untuk mendapatkan

arahan apa yang harus dikembangkan kembali sebelum diiklankan dan dipasarkan.

kehidupan sehat dalam rangka menambah, menjaga, dan melindungi kesehatan tahanan, baik jasmani, batin, spiritual, maupun social. Adapun capaian program Optimalisasi Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tahanan pada Rumah Tahanan Kelas II B Gianyar adalah sebagai berikut:

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Optimalisasi penerapan prilaku hidup bersih dan sehat oleh tahanan di rutan kelas IIB Gianyar merupakan upaya untuk meningkatkan pola

No.	Kegiatan	Hasil Kegiatan
1.	Melakukan Observasi	Kegiatan observasi dilakukan guna melihat berbagai keterbatasan dan hambatan yang terdapat di Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar. Dalam hal ini kami sebagai pengamat menemukan 2 permasalahan yang dapat dijadikan program dalam PKM, meliputi: a. Kurang optimalnya penerapan prilaku hidup bersih dan sehat di Rutan Kelas IIB Gianyar. b. Adanya penyebaran penularan skin disease terutama penyakit scabies di lingkungan Rutan Kelas IIB Gianyar.
2	Berkonsultasi dengan mentor/pembimbing	Dengan saran dan masukan dari mentor/pembimbing kami, maka program yang kami jalani ialah optimalisasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tahanan pada Rumah Tahanan Kelas IIB Gianyar.
3	Merancang program	Pada tahap ini para Taruna bersama petugas menyusun rencana program prilaku hidup bersih dan lingkungan Rumah Tahanan Gianyar, disamping itu menetapkan siapa saja yang akan ambil peran dalam promgram pengabdian kepada masyarakatan ini. Keterlibatan Narapidan dan Tahanan serta petugas menjadi sangat penting dalam mencapai keberhasilan PHBS ini.
4	Mempersiapkan hal-hal di dalam melakukan kegiatan PKM	Pada tahapan ini semua sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam mewujudkan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tahanan dan Narapidana , benar-benar bisa disediakan oleh Rutan, sehingga program PHBS bisa terwujud sebagaimana rencana yang telah disediakan. Termasuk sumber daya manusia dari Rutan yang akan terlibat pada setiap program yang akan dilaksanakan.
5	Evaluasi penerapan PHBS	Setelah program Prilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Narapidan dan Tahanan serta Petugas di Rutan Giayar, menunjukkan banyak perubahan atas lingkungan pada Rutan menjadi tertata dengan rapi serta memberikan kesan yang sangat nyaman pada lingkungan dan sanitasi pada Rutan Giayar setelah program PHBS ini dilaksanakan.

Penerapan PHBS menjadikan lingkungan yang sehat, terhindar dari menyebarnya virus penyakit, WBP juga dapat menggunakan layanan sarana kesehatan yang telah disediakan, olah raga yang rutin yang menjadikan tubuh menjadi segar dan terjaga dari berbagai macam penyakit, meningkatkan produktivitas, hidup lebih teratur dan selalu berfikir positif.

Selain itu, penerapan PHBS juga digunakan dengan tujuan meminimalisasi penyebaran penyakit kulit terutama penyakit scabies yang menular, dengan menanamkan pengertian kepada WBP agar selalu mencuci tangan sebelum dan setelah beraktivitas, menjaga kebersihan kuku, menjaga kebersihan pakaian, mengganti baju setiap hari, dan tidak saling bergantian pakaian seperti handuk dan selimut.

## KESIMPULAN

Optimalisasi Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tahanan pada Rumah Tahanan Kelas IIB Gianyar merupakan bentuk implementasi dan dedikasi kami dalam kegiatan PKM , Dengan adanya optimalisasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat kepada tahanan akan bermanfaat dalam menciptakan lingkungan rumah tahanan yang sehat sehingga dengan harapan akhir adalah tahanan dapat terhindar dari penyakit kulit menular terutama penyakit scabies di rumah tahanan kelas II B Gianyar. Kegiatan tersebut kami lakukan dengan melewati berbagai macam tahap dimulai dengan melakukan observasi di Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar, berkonsultasi dengan mentor/pembimbing, merancang program, mempersiapkan hal-hal penunjang dalam melaksanakan program PKM , serta melakukan evaluasi dalam program kerja.

Dari kesimpulan di atas, dapat ditarik saran untuk kami pengamat (taruna), maupun untuk UPT tempat kami melaksanakan PKM. Saran bagi taruna, diharapkan dengan adanya program Optimalisasi Penerapan Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tahanan di Rumah Tahanan Kelas IIB Gianyar sebagai langkah awal bagi taruna-taruna lain dalam rangka memperhatikan kekurangan serta mengembangkan hal apa saja yang dapat dibantu di UPT tempat dimana taruna ditugaskan. Saran bagi Rumah tahanan Kelas IIB Gianyar, semoga dengan adanya program tersebut akan semakin baik untuk meningkatkan gaya hidup bersih dan sehat yang bertujuan supaya kesehatan tahanan dan penularan penyakit kulit seperti scabies dapat diminimalisasikan. Selain itu juga semoga program yang pengamat buat dapat menjadi barometer dan teladan bagi UPT lainnya di Indonesia sebagai acuan dalam penerapan prilaku hidup bersih dan sehat.

## REFERENSI

- Abbott, P. A., Brooker, R., Hu, W., Hampton, S., & Reath, J. (2020). "I Just Had No Idea What It Was Like to Be in Prison and What Might Be Helpful": Educator and Learner Views on Clinical Placements in Correctional Health. *Teaching and Learning in Medicine*. 32(3).
- Abidah, Y. N., & Huda, A. (2018). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Ortopedagogia*. 4(2), 87-93.
- Angelia, M., Tiatri, S., & Heng, P. (2020). Hubungan Religiusitas dan Regulasi Emosi Siswa Sekolah Dasar. *Bahasa Dan Seni*, 31(2), 172-197.
- Brooker, R., Hu, W., Reath, J., & Abbott, P. (2018). Medical student experiences in prison health services and social cognitive career choice: A qualitative study. *BMC Medical Education*. 18(3).
- Candraningrum, D. (2016). RUU Penghapusan Kekerasan Seksual. *Jurnal Perempuan*.
- Damapoli, W., Mayulu, N., & Masi, G. (2013). Hubungan Konsumsi Fastfood Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sd Di Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*.
- Didik Budijanto. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Equatora, M. A., Upe, A., Sumandiyar, A., & Rusli, M. (2020). The Use of An Advanced Multi-systemic Approach by Social Workers in Handling Corona Virus. *Journal of Advanced Research in Dynamical and Control Systems*. 12(5), 162-168.
- Forsyth, K., Archer-Power, L., Senior, J., Meacock, R., Webb, R., Emsley, R., Edge, D., Walsh, E., Ware, S., Challis, D., Hayes, A., O'Hara, K., Burns, A., & Shaw, J. (2017). The effectiveness of the Older prisoner Health and Social Care Assessment and Plan (OHSCAP): a randomised controlled trial. *Health Services and Delivery Research*. 5(31).
- Kipping, R. R., Scott, P., & Gray, C. (2011). Health needs assessment in a male prison in England. *Public Health*. 124(4), 229-233.
- McKenna, B., Skipworth, J., Tapsell, R., Madell, D., Pillai, K., Simpson, A., Cavney, J., & Rouse, P. (2015). A prison mental health in-reach model informed by assertive community treatment principles: evaluation of its impact on planning during the pre-release period, community mental health service engagement and reoffending. *Criminal Behaviour and Mental Health*. 25(5), 429-439.
- Whitehead, D. (2006). The health promoting prison (HPP) and its imperative for nursing. *International Journal of Nursing Studies*. 43(1), 123-131.