



## ***Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk Anak Usia Dini di Taman Kanak-Kanak Fastabiqul Khairat Samarinda Kalimantan Timur***

**Yeni Aslina<sup>1</sup>, Heppy Liana. P<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Kalimantan Timur

E-mail : [yeni.aslina1981@gmail.com](mailto:yeni.aslina1981@gmail.com)

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi apa yang digunakan dalam penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini, dan bagaimana pelaksanaan penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda. Penelitian ini dilakukan di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda. Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif, menggunakan metode kualitatif naturalistik dan merupakan penelitian lapangan (*field research*). Data yang diperoleh dikumpulkan berdasarkan wawancara, catatan lapangan, dokumentasi. Data dianalisis dengan model Miles Huberman dengan langkah-langkah : (1) pengumpulan data, (2) reduksi data, (3) penyajian data, serta 4) kesimpulan dan verifikasi. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa: 1) Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda telah melaksanakan penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini sejak mereka masuk pertama sekolah dan masih berjalan sampai sekarang. Strategi yang digunakan dalam penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini terbagi menjadi 3 (tiga) yakni adalah strategi pembelajaran secara langsung dan tidak langsung serta *strategi problem solving learning*. 2) Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat dilaksanakan dengan metode bernyanyi, metode bercakap-cakap, metode Tanya jawab, metode demonstrasi dan metode bercerita dalam kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah seperti cuci tangan dengan sabun dan air mengalir, menggosok gigi bersama, membuang sampah pada tempat yang sudah disediakan, berolah raga teratur, makan makanan sehat (buah dan Sayur), Buang Air Kecil dan Buang Air Besar di jamban, dan larangan merokok di lingkungan sekolah Taman Kanak-kanak (TK).

**Kata kunci:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Anak Usia Dini

### **1. Pendahuluan**

Usia dini merupakan masa pembentukan perilaku dan kebiasaan dengan mengobservasi tindakan orang disekitarnya. Perilaku dan kebiasaan yang terbentuk sejak kecil ini biasanya akan tumbuh bersama anak tersebut hingga dewasa dan akan mempengaruhi cara pandang dan penyelesaian atas masalah di masa depan. Anak adalah amanah Allah yang harus dibina, dipelihara dan diurus secara seksama agar kelak berguna bagi agama, bangsa dan negara serta dapat menjadi pelipur lara orang tua, penenang hati ayah dan bunda serta sebagai kebanggaan keluarga (Abdulah Nasih Ulwa,2007;3).



Pendidikan anak usia dini memiliki peran yang sangat penting dalam membangun perilaku anak sejak dini melalui pembiasaan dan keteladanan agar tumbuh dan berkembang secara optimal dalam semua aspek (jasmani, mental, pemikiran). Sebagai jenjang Pendidikan yang paling dasar tentunya mempunyai tujuan yang berbeda-beda sesuai dengan fungsi dan perannya masing-masing, salah satunya dengan program di Taman Kanak-kanak (TK) yang berkualitas dapat membantu mengembangkan semua potensi yang dimiliki anak. Oleh karena itu di Taman Kanak-kanak (TK) harus berkualitas agar dapat membantu tumbuh kembang anak secara maksimal. Hal ini sesuai dengan UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang system Pendidikan Nasional berkaitan dengan Pendidikan anak usia dini tertulis pada pasal 28 ayat 1 yang berbunyi “ Pendidikan anak usia dini diselenggarakan bagi anak sejak lahir sampai dengan enam tahun dan bukan merupakan persyaratan untuk mengikuti Pendidikan dasar.

Nikmat yang sangat berharga dalam hidup manusia adalah Kesehatan. Kesehatan sebagai modal dasar dan utama untuk melakukan segala aktivitas. Menurut organisasi Kesehatan dunia (WHO) Kesehatan adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental maupun social dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat (Soekidjo Notoatmodjo, 2007;3). Hal ini berarti Kesehatan seseorang tidak hanya diukur dari aspek fisik, mental dan social tetapi diukur dari produktifitasnya pada aspek kehidupan sangat mendukung kondisi Kesehatan manusia. Anak yang sehat menjadi semua harapan orang tua, masyarakat, bangsa dan negara sebagai dapat kita lihat dan dihayati dari logo PAUD adalah anak Indonesia yang sehat, cerdas, dan ceria.

Seiring berjalannya waktu banyak sekali masalah-masalah Kesehatan di Indonesia maupun di dunia saat ini yang diakibatkan karena kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pola hidup bersih dan sehat. Salah satu contoh masalah Kesehatan yang sudah menggoncangkan dunia adalah Virus Covid-19 dimana bencana ini sudah kita lalui bersama tidak hanya di Indonesia akan tetapi di seluruh dunia. Hal ini kita sebagai generasi dituntut untuk menerapkan bagaimana penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tidak hanya di rumah saja melainkan di sekolah juga harus kita terapkan. Menurut catatan WHO, sebagaimana dalam Elfi Rahmawati, diare adalah penyebab nomor satu kematian balita di dunia. Di Indonesia diare penyebab kematian balita nomor dua setelah Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Diperkirakan bahwa setiap tahun 100.000 anak meninggal dunia karena diare (Elfi Rahmawati, 2008;111). Selain itu penyakit infeksi parasit cacingan juga masih menjadi masalah besar bagi Kesehatan masyarakat terutama di negara-negara berkembang atau cacingan di seluruh dunia. Di Indonesia penyakit cacingan tersebar luas di pedesaan maupun perkotaan. Hasil survei menunjukkan bahwa infeksi cacingan Sekolah Dasar (SD) di beberapa provinsi di Indonesia menunjukkan prevalensi sekitar 60%-80% sedangkan untuk semua umur berkisar antara 40%-60% (Zaidina Umar, 2007;250).



Perilaku membuang sampah sembarangan juga menjadi perilaku kebanyakan masyarakat di Indonesia, dari dinas kebersihan DKI Jakarta, Eko Bharuna mengatakan “setiap harinya jumlah produksi sampah di DKI Jakarta mencapai 6.300 ton sampah diantaranya berada di sungai. Sedangkan sampah yang bisa diangkut ke Tempat Pembuangan Akhir (Tpa) Bantar Gerbang, Bekasi hanya 5.500 ton perhari (Eko Prilianto,<http://Metro.Vivanews.com>).

Beberapa kasus di atas merupakan indikator perilaku manusia yang masih buruk dan menuntut untuk melakukan pembenahan guna mencegah ancaman Kesehatan lebih lanjut. Perubahan perilaku melalui Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu Upaya yang diharapkan dapat memutus mata rantai penyebaran penyakit (Soekidjo Notoatmodjo, 2007;139). Dimana program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah program pemerintah yang diluncurkan pada tahun 2006 yang bertujuan untuk mengubah perilaku masyarakat yang tidak sehat menjadi sehat.hal ini karena Kesehatan merupakan kebutuhan yang harus diusahakan secara bersama-sama dan tidak bisa hanya diusahakan oleh sekelompok atau oleh orang-orang tertentu saja.

Diantara Kesehatan masyarakat yang terpenting adalah Kesehatan bagi anak-anak. Masa anak-anak 0-6 tahun atau disebut golden age atau usia emas adalah usia yang sangat penting perkembangan fisik, motoric, intelektual, emosional, Bahasa dan social berlangsung dengan sangat sepat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan otak anak usia 0-4 tahun sudah mencapai 50% sampai dengan usia 8 tahun 80% usia 18 tahun 100% (Departemen Pendidikan Nasional 2004).

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut diatas dan untuk membatasi penelitian, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian di Lembaga Taman Kanak-Kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda. Karena berdasarkan observasi awal lembaga tersebut merupakan salah satu lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) yang memiliki keunggulan penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dibanding lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) lainnya di kota Samarinda dan berhasil menunjukkan prestasinya di tingkat kota dan nasional dalam aspek pengembangan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah. Hal ini dibuktikan pada pola pembiasaan anak didik yang melaksanakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti cuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, makan makanan yang bergizi, menggosok gigi, berolah raga, Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) di jamban sendiri dengan tertib tanpa diawasi guru lagi. Hal ini yang berkesan untuk peneliti waktu guru mengabsen siswa yang tidak hadir ke sekolah, di sebabkan terkena diare. Di sinilah peran guru untuk memberikan penjelasan kepada peserta didik penyebab siswa tersebut terkena diare, karena siswa tersebut bisa disebabkan karena kukunya kotor dan panjang, makan jajan sembarangan, kurang bersih cuci tangan



karena tidak memakai sabun. Serta keunggulan lain yang berbasis pembiasaan hidup bersih dan sehat yang diharapkan tidak hanya mampu berperan untuk membekali dan mengembangkan pengetahuan umum dan pengetahuan agama saja, tetapi juga mampu menjalankan perannya untuk mengubah pengetahuan tersebut menjadi bermakna dan bernilai dengan melalui berbagai cara yang dilakukan oleh sekolah, khususnya melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), dan peran guru dalam menanamkan Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) agar dapat menjadi kebiasaan siswa dalam memelihara dirinya dalam keidupan sehari-hari. Oleh Karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat kota Samarinda.

## **2. Metode Penelitian**

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dimana menurut Suharsimi Arikunto, istilah “naturalistik” menunjukkan bahwa pelaksanaan penelitian ini memang terjadi secara alamiah, apa adanya, dalam situasi normal yang tidak dimanipulasi keadaan dan kondisinya menekankan pada deskripsi secara alami. Pengambilan data atau penjarangan fenomena yang dilakukan dari keadaan sewajarnya ini dikenal dengan sebutan “pengambilan data secara alami atau natural”. Dengan sifatnya ini akan dituntut keterlibatan peneliti secara langsung dilapangan. Jenis penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian dilakukan secara holistic (menyeluruh), dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Peneliti berfungsi untuk menguraikan dan menganalisa serta memberikan keterangan-keterangan mengenai Penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) anak usia dini pada Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat dengan menggunakan keterlibatan peneliti secara langsung dilapangan.

Subjek penelitian adalah Kepala Taman Kanak-Kanak (TK) Fastabiqul Khairat sebagai pemegang kebijakan dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan, para guru dan tenaga di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda sebagai pelaksana kebijakan, karyawan sebagai pelaksana administratif, anak-anak didik kelompok Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat, kondisi lingkungan sarana-prasarana yang menunjang pendidikan kesehatan serta dokumen yang mendukung penelitian ini. Sumber data peneliti adalah Kepala PAUD sebagai pemegang kebijakan dalam pelaksanaan pendidikan anak usia dini, guru kelas sebagai pelaksana kebijakan, karyawan sebagai pelaksana administrasi, perilaku peserta didik sebagai pelaku kebijakan.



Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penulisan ini meliputi :

#### 1. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan suatu teknik atau cara mengumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan yang sedang berlangsung. Observasi dapat dilakukan secara partisipatif ataupun non partisipatif. Observasi paratisipatif adalah pengamatan dimana pengamat ikut dalam kegiatan yang sedang berlangsung, Metode ini digunakan untuk melihat secara langsung bagaimana guru mengajarkan nilai-nilai kesehatan untuk anak usia dini, serta mengobservasi bagaimana kondisi lingkungan dan keadaan anak didik secara keseluruhan dan bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat yang mereka terapkan sebagai respon anak terhadap materi kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang telah diberikan sedangkan observasi non partisipatif pengamat tidak ikut serta dalam kegiatan, dia hanya berperan mengamati kegiatan, tidak ikut dalam kegiatan. Pada penelitian ini peneliti melakukan observasi non partisipatif, peneliti mengamati tentang objek yang ada dilapangan. Metode observasi yang dilakukan adalah observasi partisipan (participant observation), yakni pengamatan yang dilakukan dengan cara ikut ambil bagian atau melibatkan diri dalam situasi obyek yang diteliti. Peneliti akan mengamati kegiatan Penanaman Perilaku Hidup Bersih dan sehat ketika pembelajaran sedang berlangsung kepada peserta didik, perilaku anak yang mencerminkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) kepada setiap peserta didik dari mulai anak-anak datang ke sekolah sampai anak-anak pulang, target yang harus dicapai setiap peserta didik dalam penanaman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), dan mengamati tingkat pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada peserta didik terhadap penanaman PHBS di sekolah.

#### 2. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang paling utama dalam penelitian kualitatif. Wawancara dapat dilakukan secara kelompok maupun individu. Sebelum pelaksanaan dilapangan peneliti harus mempersiapkan pedoman wawancara yang akan digunakan mewawancarai responden. Adapun isi pernyataan mencakup fakta, data, pengetahuan, konsep, pendapat, persepsi atau evaluasi responden berkenaan dengan fokus masalah yang dikaji dalam penelitian. Alat yang digunakan pada saat wawancara berupa buku catatan, tape recorder dan kamera. Peneliti akan mewawancarai Kepala Sekolah, Guru, dan Karyawan sekolah.

#### 3. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal yang berupa catatan, buku, majalah dan lain-lain. Teknik dokumentasi digunakan untuk menggali data yang tidak dapat diperoleh melalui wawancara dan observasi. Dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara. Dokumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa dokumen resmi dan foto. Dokumen resmi yang akan dipelajari adalah data murid, serta data-data lain yang dianggap penting.



Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan dan setelah selesai di lapangan. Dalam penelitian ini digunakan model analisis data menurut Miles dan Huberman yaitu reduksi data, model data, dan penarikan/verifikasi kesimpulan.

### **3. Hasil dan Diskusi**

Sebagaimana yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya, bahwa penelitian ini difokuskan pada sejauh mana strategi Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda. Akan tetapi mengingat luasnya cakupan penelitian ini dan terbatasnya waktu untuk penelitian ini, maka peneliti membatasi cakupan atau obyek penelitian ini yaitu khusus tentang strategi yang digunakan dalam Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda.

#### **1. Strategi yang digunakan dalam penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Taman Kanak-kanak (TK) Fatabiqul Khairat**

Strategi adalah suatu garis besar haluan untuk bertindak dalam usaha mencapai sasaran yang telah ditentukan. Pengertian strategi lain adalah sebagai perencanaan yang berisi tentang kegiatan yang didesain untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Pelaksanaan pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat dilaksanakan sejak awal anak-anak masuk sekolah agar anak-anak terbiasa sampai mereka lulus di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat. Penanaman pendidikan kesehatan penting untuk dilaksanakan atau diterapkan pada anak usia dini. Hal ini pendidikan di paud tidak hanya menstimulasi mengembangkan aspek perkembangan kognitif, bahasa, sosial emosional, seni, motorik dan moral agama tetapi pembiasaan dan kemandirian harus kita kembangkan sejak dini, agar anak-anak terbiasa untuk melindungi dirinya sendiri. Adapun pendidikan kesehatan di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat adalah dengan pengenalan dan pembiasaan.

Pendidikan yang dilakukan adalah pembiasaan cuci tangan dengan sabun dan membuang sampah pada tempatnya. Sejak awal masuk di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat anak-anak sudah diajarkan untuk terbiasa mengurus diri sendiri. Semua program-program PHBS sudah terintegrasi dalam program-program pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat yang disesuaikan dengan permendiknas. Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) ini dilakukan secara terus menerus guna mendapatkan perilaku yang baik untuk kesehatan. Di sini tugas waka kurikulum yang membuat program-program sekolah dan dirancang bersama oleh para guru termasuk



untuk program-program pendidikan kesehatan. Adapun pendidikan kesehatan yang diajarkan di Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul Khairat antara lain adalah: mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) di kamar mandi, makan makanan yang bergizi, gosok gigi, potong kuku, berpakaian bersih dan rapi. Berikut ini penjelasan peneliti setelah observasi di TK Fastabiqul Khairat:

a. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir

Kegiatan mencuci tangan diawali oleh guru menerangkan pentingnya untuk cuci tangan dan selalu menjaga kebersihan tangan, dengan melalui gerakan cuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan. Guru mendemonstrasikan cara cuci tangan yang benar dan anak-anak diminta untuk menirukan agar menjadi kebiasaan untuk selanjutnya. Kegiatan ini dilakukan dengan. Sebelum makan guru senantiasa mengajak anak-anak untuk mencuci tangan baik dengan lagu maupun dengan tepuk tangan. Selain itu pendidikan kesehatan bias dimasukkan kedalam tema seperti: diri sendiri, kebutuhanku yang disesuaikan dengan tema.

b. Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) di kamar mandi

Kegiatan ini diajarkan sejak awal mereka masuk sekolah. Anak-anak ditunjukkan kamar kecil. Cara menyiram toilet saat Buang Air Besar (BAB) dan Buang Air Kecil (BAK). Hal ini diajarkan agar anak-anak tidak Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) sembarangan dan mengajarkan kepada anak agar mampu membersihkan diri sendiri tanpa harus dibantu dengan guru.

c. Memotong kuku

Setiap seminggu sekali guru mengingatkan untuk membersihkan kuku, memotong rambut bagi anak laki-laki yang rambutnya panjang, membersihkan sepatu dan merapikan pakaian. Pada hari seninnya guru memeriksa anak didik. Jika masih ada anak yang belum potong kuku guru menegur dan mengkomunikasikan dengan orang tua.

d. Membuang sampah pada tempatnya

Taman Kanak-kanak (TK) Fastabiqul selalu menyediakan tempat sampah baik di kelas maupun di luar kelas dan selalu dua tempat sampah yang disediakan agar anak terbiasa membedakan sampah yang organik dan yang non organik. Ada yang membedakan di tempat sampah tersebut yaitu warna plastik yang berbeda ada warna merah dan warna kuning. Hal ini agar anak didik terbiasa membuang sampah pada tempatnya. Jika mereka belajar di dalam kelas mereka selalu merapikan mainan. Semua dibiasakan agar anak didik selalu bersih dan menjaga lingkungan sekitar.

e. Makan makanan bergizi



Sejak dini anak-anak di TK Fastabiqul Khairat dibiasakan diberi makan makanan bergizi. Misalnya setiap hari anak-anak diberikan makan siang dengan sayur, lauk yang bergizi dan dikenalkan juga untuk makan buah setiap hari. Sebagaimana yang telah diungkapkan wali kelas bahwa awalnya mereka sulit sekali untuk makan sayur dan buah, hal ini karena dirumah belum dibiasakan tapi karena disekolah dibiasakan makan makan yang sehat lama kelamaan mereka jadi mau untuk makannya.

#### f. Menggosok gigi

Pertama sekali yang guru ajarkan dalam menggosok gigi adalah bagaimana cara yang benar menggosok gigi, bahan dan peralatan yang diperlukan untuk menggosok gigi, kapan saja kita untuk gosok gigi, sehari berapa kali kita gosok gigi semua diterangkan keanak-anak supaya mereka mengerti dan memahami tahapan-tahapan untuk membersihkan gigi. Tujuannya adalah agar anak-anak terbiasa untuk menggosok gigi karena kebersihan gigi sangat penting sekali di jaga agar terhindar dari kuman dan penyakit sakit gigi. Hal ini diajarkan bisa dengan melalui lagu atau tepuk tangan. Semua juga bisa di masukkan kedalam tema yang mau diajarkan misalnya kebutuhanku dan kebersihan diri sendiri.

#### g. Larangan merokok

Larangan merokok sangatlah tepat sekali untuk di terapkan di semua lembaga pendidikan bukan hanya di TK Fastabiqul Khairat. Karena merokok adalah hal yang sangat merugikan dan sia-sia. Larangan merokok ini bukan hanya untuk guru dan karyawan saja tapi tidak terkecuali para orang tua murid dan tamu pengunjung juga. Hal ini dapat disampaikan melalu gambar dilarang merokok di sini.

Strategi pembelajaran yang disampaikan pada anak didik di Taman Kanak-kanak Fastabiqul Khairat adalah secara langsung dan tidak langsung, strategi secara langsung (*direct instruction*) adalah materi pelajaran disajikan begitu saja kepada anak didik, anak tidak dituntut guru untuk mengolahnya. Kewajiban anak didik adalah menguasainya secara penuh. Dengan demikian, dalam strategi ekspositori guru berfungsi sebagai penyampai informasi. Berbeda dengan strategi *discovery*. Dalam strategi ini bahan pelajaran dicari dan ditemukan sendiri oleh siswa melalui berbagai aktivitas, sehingga tugas guru lebih banyak sebagai fasilitator dan pembimbng bagi anak didik. Karena sifatnya yang demikian strategi ini sering disebut strategi pembelajaran tidak langsung. Setelah melihat proses pembelajaran yang dapat seluruh potensi anak didik secara langsung maka guru berperan aktif (*direct instruction*) dalam memberi contoh dan arahan. Oleh karena itu perlu diupayakan agar proses pembelajaran yang menyenangkan dengan strategi menekankan pada kebermaknaan belajar agar siswa menguasai pembelajaran lebih optimal. Proses pendidikan bukan





hanya menekankan pada pengembangan kognitif saja, tetapi mencakup seluruh potensi yang dimiliki anak didik.

## **2. Pelaksanaan Penanaman Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini di Taman Kanak (TK) Fastabiqul Khairat Samarinda**

Setelah melakukan observasi dan wawancara mendalam selama tiga bulan berturut-turut maka didapat hasil pelaksanaan di Taman Kanak-kanak Fastabiqul Khairat. Ada beberapa indikator pelaksanaan penanaman perilaku hidup bersih dan sehat yang dilaksanakan di TK Fastabiqul Khairat, diantaranya sebagai berikut:

### **1). Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan**

Cuci tangan adalah salah satu kegiatan yang dapat memutuskan mata rantai penularan penyakit dan terbebas dari kuman. Mencuci tangan dengan sabun dapat terhindar dari serangan diare, jadi cuci tangan adalah bentuk pendidikan yang harus ditanamkan sejak usia dini. Kegiatan cuci tangan di TK Fastabiqul Khairat merupakan pembiasaan, bila tiba waktunya makan anak langsung untuk cuci tangan, setelah beraktivitas, pegang lem, crayon finger painting anak langsung cuci tangan. Disediakan tempat cuci tangan (washtafel), serbet dan sabun cair untuk membersihkan tangan. Kegiatan cuci tangan di TK Fastabiqul Khairat cukup tertib anak-anak mampu melakukan sendiri tanpa harus di bantu oleh guru. Mereka mampu memakai sabun cuci tangan sendiri, memakai serbet setelah cuci tangan dan mengelap tangannya sampai kering.

### **2). Membuang Sampah pada tempatnya**

Di setiap kelas disediakan tempat sampah, agar anak didik terbiasa membuang sampah pada tempatnya. Pelaksanaannya pun berjalan cukup tertib, karena setiap anak umumnya sudah terbiasa membuang sampah pada tempatnya. Tempat sampah pun tidak hanya disediakan di dalam kelas saja, di lingkungan luar kelas juga disediakan, hal ini agar anak-anak tidak kesulitan untuk membuang sampah. Tempat sampah disediakan dua tempat, karena mempermudah anak agar bisa membedakan sampah organik dan sampah non organik. Untuk membedakan tempat sampah ini dibedakan dari warna plastiknya yaitu warna kuning untuk sampah organik dan warna merah untuk sampah non organik.

Ini menunjukkan bahwa anak-anak sudah mengetahui dan terbiasa membuang sampah pada tempatnya. Kebiasaan anak dapat dilihat dari kebiasaan anak membuang sampah di tempat umum atau pun di rumah.

### **3). Larangan merokok di lingkungan sekolah**



Saat melakukan observasi di TK Fastabiqul Khairat tidak ada karyawan yang merokok di lingkungan sekolah. Bila ada yang merokok itu pun langsung ditegur oleh pihak sekolah siapaun yang melihatnya. Pihak TK Fastabiqul Khairat membuat peraturan tentang larangan merokok di lingkungan sekolah, baik untuk guru, karyawan, maupun wali murid. Selain itu di lingkungan sekolah juga di pasang poster-poster larangan merokok di kawasan sekolah terutama ditempat penjemputan anak

#### 4). Menggosok gigi

Pelaksanaan gosok gigi di TK Fastabiqul Khairat tidak dilaksanakan setiap hari. Pelaksanaan gosok gigi sudah terjadwal di dalam pembelajaran. Namun sebaiknya pelaksanaan gosok gigi dilakukan setiap hari karena usia anak yang masih dini dan masih banyak anak didik yang giginya keropos dan berwarna kuning jadi harus setiap hari gosok giginya setelah makan siang.

#### 5). Kebersihan Pakaian dan Personilia

Pada umumnya anak-anak TK Fastabiqul Khairat perpenampilan rapi dan bersih, baju disetrika, memakai kaos kaki dan menggunakan sepatu. Ini menunjukkkn bahwa perilaku hidup bersih dan sehat sudah merupakan pembiasaan sehari-hari. Hal ini sudah terbukti anak bisa melepas dan memakai sepatu sendiri dan meletakkannya di tempat sepatu dengan rapi, anak sudah kelihatan mandiri. Kuku juga mereka bersih dan tidak kotor. Ini membuktikan bahwa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat sangat penting dan sudah ada kesadaran dari orang tua, guru maupun siswa akan pentingnya menjaga kebersihan kuku. Selain itu anak-anak juga terlihat aktif dan ceria. Hal ini menggambarkan anak-anak kesehatannya tidak terganggu. Karena jika anak tidak sehat maka mereka tidak aktif dalam bergerak dan tidak ceria.

#### 6). Makan siang Bersama

Kegiatan makan siang dilakukan setiap hari yaitu dimulai hari senin sampai dengan hari kamis dengan menu yang berbeda-beda, hari jumat anak-anak minum jus dan hari sabtunya mereka libur. Tujuan kegiatan makan siang bersama ini adalah agar mereka mandiri, mampu makan sendiri tidak disuapin, dan mampu merapikan piring makannya sendiri. Selain itu anak juga terbiasa makan sayur dan buah tidak suka jajan sembarangan di luar.

#### 7). Olahraga teratur

Kegiatan olahraga di TK Fastabiqul Khairat dilakukan setiap hari, yaitu dimulai hari selasa sampai dengan jumat. Dilakukan pada pukul 00.08 sebelum masuk ke kelas dan



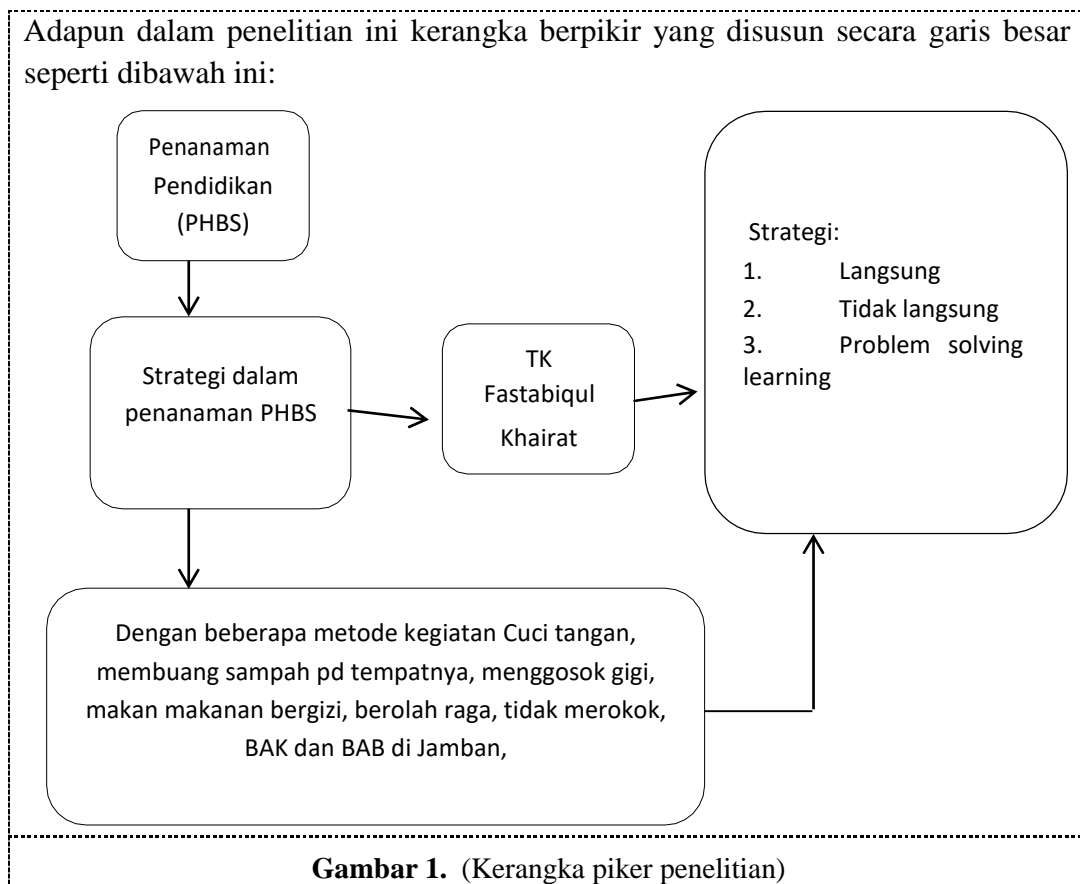
di bimbing oleh guru masing-masing. Olahraga yang dilakukan menggunakan iringan music dari CD/kasset. Secara keseluruhan guru dan murid melakukan senam bersama-sama. Olahraga perlu dilakukan pada anak usia dini, karena dapat meningkatkan kesehatan anak juga dapat merangsang motorik geraknya agar dapat bergerak dengan aktif. Jika anak bahagia dan ceria maka mereka akan lebih mudah untuk mengikuti belajar dan lebih kreatif lagi.

#### 8). Penimbangan Berat Badan dan Pengukuran Tinggi Badan

Kegiatan penimbangan dan pengukuran berat badan dilakukan setiap tiga bulan sekali oleh pihak sekolah. Semua anak-anak di timbang dan di ukur tinggi badannya. Hal ini dilakukan untuk mengetahui perkembangan dan pertumbuhan anak didik. Dan setiap enam bulan sekali pihak puskesmas Juanda juga memeriksa kesehatan fisik, penimbangan dan pengukuran berat badan. Hasilnya dicatat dan di dokumentasikan pada buku kesehatan siswa lalu di informasikan pada orang tua siswa.

#### 9). Duta Jumantik

Duta jumantik adalah beberapa anak yang dikirim untuk memeriksa jentik nyamuk di lingkungan masyarakat TK Fastabiqul Khairat dengan radius jarak 500 M. dimana anak-anak akan memeriksa genangan air atau tempat wadah penampungan air yang ada di rumah masyarakat sekitar dan tidak hanya rumah saja tapi lingkungan kantor-kantor dan rumah makan. Kegiatan ini sangat bagus sekali dilaksanakan, selain memberikan pengetahuan kepada anak dan memberikan pengalaman langsung kepada mereka. Adapun bahan-bahan yang diperlukan adalah berupa senter, topi, baju dokter semuanya anak yang memakai dan mempergunakan.



Dari kerangka pikir di atas dapat dipaparkan bahwa penanaman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sangat perlu sekali dilaksanakan di sekolah sejak usia dini, selain program pemerintah juga yang harus di galakkan oleh sekolah yang berkaitan dengan PHBS. Sehingga menjadikan generasi yang unggul, sehat dan cerdas. Dalam upaya tersebut diperlukan strategi pembelajaran secara langsung, tidak langsung dan problem solving learning. Strategi secara langsung adalah strategi yang dilaksanakan dengan menggunakan beberapa metode, misalnya metode bercakap-cakap dengan metode tanya jawab yang digunakan secara bersamaan dalam proses pembelajaran yang tepat dalam menanamkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini.

**Tabel 1**  
**Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di TK Fastabiqul Khairat PHBS**

No	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	Strategi yang digunakan	Metode pembelajaran
1	Membuang sampah pada tempatnya	Strategi langsung	- Metode Bercerita - Metode Tanya Jawab - Metode keteladanan
2	Menggosok gigi	Strategi tidak langsung	- Metode Demonstrasi



No	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	Strategi yang digunakan	Metode pembelajaran
3	Makan siang bersama dan makan buah	Strategi langsung	- Metode Bercerita - Metode Bernyanyi - Metode Tanya jawab - Metode pembiasaan
4	Berolah raga bersama dengan teratur	Strategi langsung	tidak - Metode Bernyanyi - Metode pembiasaan
5	Buang air kecil dan buang air besar di jamban	Strategi langsung	- Metode Bercakap-cakap - Metode Pembiasaan
6	Tidak merokok di sekolah	Strategi langsung	- Metode bercakap-cakap
7	Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan	Strategi langsung	tidak - Metode demonstrasi
8	Membrantas jentik nyamuk	Strategi langsung	tidak - Metode demonstrasi

#### 4. Kesimpulan

Strategi yang digunakan dalam penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di taman kanak-kanak kota samarinda adalah strategi pembelajaran secara langsung dan tidak langsung dengan pendekatan *problem solving learning*. Strategi pembelajaran secara langsung melalui dua metode sekaligus dalam satu pembelajaran misalnya metode bernyanyi, dan metode pembiasaan dimana pada saat siswa akan melaksanakan cuci tangan maka guru mengajak untuk bernyanyi "Tepuk CTPS" dan membiasakan anak untuk cuci tangan sebelum dan sesudah makan. sedangkan strategi pembelajaran yang tidak langsung yaitu guru hanya sebagai fasilitator saja dimana guru hanya menyediakan media pembelajaran dan selebihnya siswa yang mengerjakan tugas, strategi *problem solving learning* adalah anak belajar dari pengalaman dan masalah yang berakhir pada sebuah jawaban yang diperoleh dari kondisi masalah, yaitu guru menjelaskan tentang teman yang tidak masuk sekolah karena sakit diare, penyebab sakit diare yang menjadi jawaban masalah. Bahwa penanaman perilaku hidup bersih dan sehat dilaksanakan dengan metode bernyanyi, metode bercakap-cakap, metode Tanya jawab, metode demonstrasi dan metode bercerita dalam kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah seperti cuci tangan dengan sabun dan air, menggosok gigi sendiri, membuang sampah pada tempatnya yang sudah disediakan, berolah raga teratur, makan makanan sehat, Buang Air Kecil dan Buang Air Besar di jamban, dan larangan merokok di lingkungan.



## 5. Daftar Rujukan

Al-Tabany, Badar Ibnu Trianto. *Desain Pengembangan Pembelajaran Tematik bagi Anak Usia Dini TK/RA & Anak usia Kelas awal SD/MI*, Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP, 2015.

Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, edisi ke 5 Jakarta: Rineka Cipta, 1997.

Augusta. *Pengertian Anak Usia Dini*, Dalam <http://www.infoini.com/Pengertian Anak Usia Dini>. Diakses 02 September 2012.

Aziz, Amka Abdul. *Meletakkan Fondasi Usia Emas Anak Indonesia*, Klaten, Cempaka Putih, 2013.

Azwar, Azrul. *Pengantar Pendidikan Kesehatan*, (Jakarta: PT Sastra Hudaya, 1983), h. 28 Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini, *sosialisasi Pendidikan Anak Usia dini, apa, mengapa dan siapa Yang Bertanggung Jawab Terhadap Program Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: Direktorat Pendidikan Anak Dini Usia, Direktorat Jendral Pendidikan Luar Sekolah dan Pemuda, Departemen Pendidikan Nasional, 2004.

Bahri, Syaiful. *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta: Rineka Cipta, 1996.

Buletin PAUD Volume 8 Jakarta, Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini, Ditjen Pendidikan PNFI, Depdiknas.

Crain, Wiliam. *Teori Perkembangan Konsep dan Aplikasi*, Edisi Ketiga, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2007.

Depdibud, *Kamus Besar Indonesia*, Jakarta: Pustaka Abadi, 1994.

Emzir. *Metodelogi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*, Jakarta : Rajawali Press, 2014.

Hamruni. *Strategi dan Model-Model Pembelajaran Aktif dan Menyenangkan*. Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2009.

Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2003.

Rahmawati, Elfi. "Analisis Kebutuhan Program Promosi Pencegahan Diare pada Anak Berusia Dibawah Dua Tahun". *Jurnal Berita Kedokteran Masyarakat*, V. 24. No. 1, Yogyakarta Fakultas Kedokteran UGM, 2008.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung : Alfabet, 2010.