

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data

Paparan data dalam penelitian merupakan hasil yang diperoleh peneliti dari kegiatan observasi, wawancara dan juga dokumentasi langsung terhadap hal-hal yang relevan dengan judul penelitian. Berikut akan dipaparkan secara rinci dari hasil temuan penelitian yang di peroleh tentang “Upaya Guru dalam Membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Kelompok A di TK Asyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang”

Dalam penelitian ini, terdapat dua fokus utama yang dikaji oleh peneliti. Pertama, mengenai upaya guru dalam membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak kelompok A di TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang. Kedua, mengenai faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaan pembiasaan PHBS di lembaga tersebut.

Untuk memperoleh data terkait upaya guru dalam menanamkan kebiasaan PHBS pada anak usia 4–5 tahun, peneliti mengumpulkan data melalui metode observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilaksanakan pada tanggal 16 April sampai 5 mei 2025. Observasi dilakukan saat guru melaksanakan pembiasaan seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, berolahraga di bawah sinar matahari, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Seluruh kegiatan tersebut dilakukan saat proses pembelajaran berlangsung dan turut

disaksikan oleh kepala sekolah. Adapun uraian lebih lanjut mengenai kedua aspek tersebut akan disampaikan pada penjabaran berikut:

1. Upaya Guru dalam Membiasakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di TK Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua tindakan atau kebiasaan yang dilakukan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan secara optimal. PHBS mencakup berbagai perilaku sehari-hari yang mendukung terciptanya lingkungan bersih, sehat, dan bebas dari penyakit. Dalam penelitian ini menjelaskan tentang perilaku hidup bersih dan sehat seperti, mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, olah raga di bawah sinar matahari.

Peneliti melakukan wawancara kepada kepala sekolah dan guru kelompok A di TK Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang pada tanggal 16 april 2025 tentang bagaimana Upaya guru dalam membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A di TK Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang. Pertama-tama peneliti melakukan wawancara kepada Kepala TK Aisyiyah Bustanul Atfal III Sampang yaitu Ibu Maimun, beliau mengatakan bahwa:

“Untuk membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat menurut saya, guru itu mempunyai peran penting karena anak-anak pada usia 4-5 tahun itu mereka masih fase meniru dan anak juga belum tau mana yang baik dan mana yang tidak baik bagi mereka, oleh karena itu saya menghimbau kepada para guru di TK ini untuk memberikan contoh yang baik kepada anak-anak seperti

mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dan juga membuang sampah pada tempatnya”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah bisa dilihat bahwasanya kepala sekolah sangat menekankan kepada para guru untuk membiasakan anak memiliki perilaku hidup sehat dengan memberikan contoh yang baik kepada anak. Hal ini diperkuat oleh guru kelompok A yaitu Ibu Yuli, beliau mengatakan bahwa:

“Benar sekali yang disampaikan ibu Maimun, bahwasanya disini kami para guru dihimbau untuk memberikan contoh yang baik apalagi tentang kebersihan dan perilaku hidup sehat anak. Jadi kami para guru selalu menyelipkan perilaku hidup sehat disetiap pembelajaran dikelas, seperti ketika selesai bermain anak saya minta untuk mencuci tangan dan ketika akan makan kemudian tidak lupa saya selaku guru kelas meminta anak untuk membuang sampah pada tempatnya”.

Selain memberikan contoh yang baik kepada anak, ibu Yuli juga melakukan pendekatan yang menyenangkan dan konsisten agar anak tidak merasa terbebani, beliau mengatakan bahwa:

“Selain mencontohkan kepada anak-anak saya juga mencoba membuat anak-anak senang dengan kegiatan yang saya lakukan, biasanya saya mengajak anak untuk nyanyi sebelum mencuci tangan tentang kebersihan, di sini kami juga membiasakan anak membuang sampah pada tempatnya, agar mereka merasa ini kegiatan bukan sekedar kewajiban, dengan cara menyenangkan ini saya harap anak-anak tidak merasa terbebani tetapi justru merasa senang dan terbiasa perilaku hidup bersih dan sehat secara alami”.

Dengan pendekatan yang menyenangkan ini ibu Yuli berharap anak-anak akan merasa lebih mudah untuk memahami dan menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya peneliti kembali menanyakan kepada guru kelas A yaitu ibu Yuli tentang bagaimana mengingatkan anak mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya, beliau menjelaskan bahwa:

“Biasanya setelah anak-anak selesai istirahat saya ajak mereka untuk mencuci tangan terlebih dahulu kami sudah menyediakan air bersih dan sabun di depan kelas, jadi anak-anak bisa langsung cuci tangan dengan bimbingan saya yang memberikan contoh tata cara mencuci tangan yang langsung diikuti anak. Selain itu setelah anak-anak makan bekal atau jajanan kami juga membaisakan mereka untuk membuang sampah pada tempat yang sudah di sediakan oleh sekolah, saya selalu mengingatkan mereka agar tidak membuang sampah sembarangan, dan biasanya saya juga mengarahkan langsung apabila ada yang lupa untuk membuang sampah atau mencuci tangan, tidak lupa juga disekolah disediakan poster-poster yang berisi gambar dan perintah untuk mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya”.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa dalam Upaya guru dalam membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A di Tk Aisyiah Bustanul Adfhal III Tanjung Sampang dapat di lihat dari adanya penekanan kepala sekolah kepada guru untuk memberikan contoh yang baik kepada anak, pembiasaan dari guru, metode yang menyenangkan di dalam kelas dalam membentuk pembiasaan pola hidup sehat dan strategi guru dengan menggunakan poster.

Selanjutnya peneliti menanyakan kepada guru kelas A yaitu Ibu Yuli mengenai bagaimana pembiasaan kegiatan olahraga di bawah sinar matahari. Beliau menjelaskan bahwa:

“Kami juga membiasakan anak-anak untuk melakukan senam ringan setiap hari Jum’at pagi sebelum kegiatan pembelajaran dimulai. Biasanya sekitar pukul 08.00, kami ajak anak-anak ke halaman untuk bergerak di bawah sinar matahari. Ini menjadi rutinitas yang tidak hanya menyenangkan, tapi juga menyehatkan. Selain untuk membiasakan hidup aktif dan sehat, sinar matahari pagi juga baik untuk pertumbuhan mereka. Anak-anak sangat senang karena dilakukan sambil menyanyi dan bergerak bersama.”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa guru berupaya membiasakan anak untuk melakukan olahraga ringan di bawah sinar matahari melalui kegiatan senam pagi yang rutin dilakukan setiap hari Jum’at. Kegiatan ini dilaksanakan di halaman sekolah dengan suasana menyenangkan, seperti diiringi lagu-lagu dan gerakan yang ceria. Pembiasaan ini bertujuan untuk menanamkan perilaku hidup sehat sejak dini dan mendorong anak agar terbiasa menjalankan gaya hidup aktif secara alami dan menyenangkan, meskipun hanya dilakukan seminggu sekali.

Selain wawancara, peneliti juga menyertakan bukti foto kegiatan senam pagi di bawah sinar matahari yang dilakukan setiap hari Jum’at. Kegiatan ini dipandu oleh guru dan diikuti anak-anak dengan antusias sebagai bagian dari pembiasaan hidup sehat melalui aktivitas fisik di luar ruangan sebagai berikut:



Gambar 4.1 senam pagi di bawah sinar matahari

Dari hasil observasi yang telah peneliti lakukan, bahwa guru-guru TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang membimbing anak-anak dalam kegiatan senam pagi di bawah sinar matahari sebagai upaya membiasakan hidup sehat sejak dini, agar anak terbiasa melakukan aktivitas fisik secara rutin dalam kehidupan sehari-harinya

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam pagi di bawah sinar matahari yang rutin dilakukan setiap hari Jum'at di TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang merupakan bagian dari upaya guru dalam membiasakan perilaku hidup sehat sejak dini. Melalui pendekatan yang menyenangkan dan dipandu langsung oleh guru, anak-anak terbiasa melakukan aktivitas fisik secara rutin, sehingga diharapkan dapat membentuk gaya hidup sehat yang melekat hingga masa mendatang.

Dalam hal ini Peneliti juga melakukan observasi langsung di lingkungan TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang untuk melihat secara nyata bagaimana implementasi perilaku hidup bersih dan

sehat (PHBS) diterapkan kepada anak-anak. Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa sekolah memiliki sejumlah program yang mendukung pembiasaan PHBS sejak dini. Salah satu program yang menonjol adalah kegiatan mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain. Sekolah telah menyediakan fasilitas berupa tempat cuci tangan dengan air bersih di depan ruang kelas. Sabun juga disediakan, namun masih menggunakan sabun cuci piring yang digunakan secara bersama-sama, dan tempat sampah. Guru membimbing anak-anak secara langsung saat mencuci tangan, bahkan terkadang diiringi lagu-lagu bertema kebersihan agar anak-anak merasa senang saat melakukannya. Selain itu, sekolah juga membiasakan anak untuk membuang sampah pada tempatnya. Tempat sampah tersedia di berbagai titik strategis seperti halaman, depan kelas, dan dekat kantin sekolah, sehingga anak-anak mudah mengakses dan terbiasa tidak membuang sampah sembarangan.

Peneliti juga menggunakan bukti foto hasil observasi dan dokumentasi peneliti untuk memperkuat bukti peran guru dalam mengupayakan PHBS.



Gambar 4.1 Guru memberikan edukasi mencuci tangan pada anak

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, guru di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang memberikan edukasi kepada anak-anak mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar, dengan tujuan agar anak dapat melakukannya secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, peneliti menyimpulkan bahwa guru di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang telah melakukan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A secara konsisten dan terstruktur. Kepala sekolah menekankan pentingnya peran guru sebagai teladan dalam menerapkan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah. Guru kelas A tidak hanya menunjukkan contoh langsung kepada anak, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan agar anak merasa nyaman dan antusias mengikuti kegiatan PHBS. Selain itu, upaya tersebut didukung dengan ketersediaan fasilitas sekolah, penggunaan media visual seperti poster, serta dokumentasi kegiatan anak. Melalui pendekatan yang menyenangkan dan dukungan yang menyeluruh dari seluruh warga sekolah, diharapkan anak-anak dapat membentuk kebiasaan hidup sehat yang akan terus terbawa hingga masa mendatang.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Faktor pendukung dan penghambat upaya guru dalam membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A usia 4-5 tahun di Tk Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang dilakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Pertama-tama peneliti melakukan wawancara pada tanggal 16 april sampai 5 mei dengan kepala sekolah ibu Maimun tentang hal-hal yang mendukung keberhasilan upaya guru dalam membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A usia 4-5 tahun beliau mengatakan bahwa:

“Saya selaku kepala sekolah memberikan dukungan seperti menyediakan sarana dan prasarana yang memberikan dukungan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah ini, seperti menyediakan wastafel sebagai tempat untuk mencuci tangan, namun sabun yang digunakan masih berupa sabun cuci piring. Selain itu, sudah disediakan tempat sampah di depan kelas, menyediakan poster yang menarik untuk memotivasi anak, dan juga membiasakan pola hidup dan bersih secara konsisten agar anak tidak mudah lupa. Adapun faktor penghambatnya yaitu masih ada beberapa anak yang sulit diatur, serta belum tersedia lap atau handuk bersih untuk mengelap tangan, sehingga setelah mencuci tangan anak-anak mengelapkannya pada bajunya.”

Dari hasil wawancara tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa faktor pendukung dalam upaya membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelas A adalah tersedianya sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan PHBS, seperti wastafel untuk mencuci tangan dan tempat sampah didepan kelas.

Hal ini juga sesuai dengan apa yang dikatakan ibu Yuli selaku guru kelompok A di Tk Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang.

“Alhamdulillah untuk faktor pendukung dalam penerapan PHBS di sekolah ini sudah cukup memadai, seperti yang tadi sudah disampaikan oleh kepala sekolah. Di depan kelas sudah tersedia wastafel sebagai tempat untuk mencuci tangan, meskipun sabunya masih menggunakan sabun cuci piring. Selain itu, tempat sampah juga sudah disediakan. Semua itu sangat membantu kami dalam membiasakan anak-anak untuk menjaga kebersihan, seperti mencuci tangan sebelum makan, setelah bermain, atau setelah dari toilet. Sementara itu, untuk faktor penghambatnya, salah satunya adalah belum tersedianya lap atau handuk bersih, sehingga anak-anak biasanya mengelap tangan ke bajunya setelah mencuci tangan. Selain itu, anak-anak juga masih perlu diingatkan terus-menerus karena belum sepenuhnya terbiasa melakukan kebiasaan bersih secara mandiri.”

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa faktor pendukungnya adalah dukungan dari sekolah dengan menyediakan sarana dan prasarana seperti wastafel untuk mencuci tangan dan tempat sampah di depan kelas, menyediakan poster yang menarik untuk memotivasi anak menjaga kebersihan seperti mencuci tangan sebelum makan, setelah bermain, atau setelah dari toilet dan melakukan pembiasaan pola hidup bersih dan sehat secara konsisten.

Sebagai pelengkap dari hasil wawancara, peneliti juga melakukan observasi langsung dan mengumpulkan dokumentasi untuk memperkuat data terkait faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia 4–5 tahun di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung

Sampang. Dari hasil observasi, ditemukan bahwa sekolah telah menyediakan fasilitas wastafel di depan ruang kelas yang digunakan anak-anak untuk mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain. Namun, sabun yang tersedia masih berupa sabun cuci piring, dan belum disediakan lap atau handuk untuk mengeringkan tangan, sehingga beberapa anak memilih mengelap tangan mereka ke baju. Dokumentasi berupa foto-foto kegiatan menunjukkan anak-anak sedang mencuci tangan dengan didampingi guru, serta adanya poster-poster bergambar yang mengajak anak menjaga kebersihan, seperti mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya. Poster-poster ini berfungsi sebagai alat bantu visual yang menarik perhatian anak dan memperkuat pesan kebersihan. Selain itu, guru terlihat aktif mendampingi anak-anak saat mencuci tangan dan secara rutin mengingatkan mereka untuk membuang sampah pada tempatnya, menunjukkan peran aktif guru dalam menanamkan kebiasaan PHBS di lingkungan sekolah.

Selain wawancara dan observasi yang telah dilakukan, peneliti juga menggunakan bukti dokumentasi sebagai bukti pendukung untuk memperkuat temuan mengenai berbagai faktor yang mendukung maupun menghambat penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam upaya pencegahan penyakit pada anak di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang sebagai berikut:



Gambar 4.2 Sarana dalam kegiatan PHBS

Berdasarkan hasil dokumentasi foto observasi, terlihat bahwa sarana yang tersedia cukup mendukung pelaksanaan kegiatan PHBS di lingkungan sekolah. Namun, pada fasilitas tempat mencuci tangan, masih menggunakan timba sebagai wadah air dan belum dilengkapi dengan saluran pembuangan air bekas, sehingga air sisa mencuci tangan harus ditampung terlebih dahulu dalam wadah lain. Selain itu, tempat sampah yang tersedia di sekolah hanya satu dan belum dilakukan pemilahan antara sampah organik dan anorganik, sehingga belum maksimal dalam mendidik anak-anak tentang pengelolaan sampah yang baik dan benar

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, peneliti menyimpulkan bahwa faktor pendukung dalam upaya membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang meliputi tersedianya sarana dan prasarana seperti wastafel, tempat sampah, serta media visual berupa poster yang menarik. Guru juga berperan aktif dalam

membimbing dan memberikan contoh secara langsung kepada anak-anak. Sedangkan faktor penghambatnya antara lain belum tersedianya fasilitas pengering tangan seperti lap atau handuk bersih, serta masih rendahnya kemandirian anak dalam menjalankan kebiasaan PHBS sehingga memerlukan pengawasan dan pengulangan terus-menerus dari guru. Dukungan lingkungan sekolah dan pendekatan guru yang konsisten menjadi kunci keberhasilan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini.

B. Temuan data

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi diatas, peneliti dapat menyajikan temuan penelitian dari kedua fokus penelitian sebagai berikut:

1. Upaya Guru dalam Membiasakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di TK Aisyiah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang

- a. Penekanan dari kepala sekolah kepada guru di TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Sampang untuk memberikan contoh yang baik kepada anak terkait perilaku hidup bersih dan sehat, seperti cuci tangan sebelum dan sesudah berkegiatan, dan membuang sampah pada tempatnya, olahraga di luar ruangan untuk mendapatkan sinar matahari.
- b. Penggunaan metode pembelajaran yang menyenangkan mendukung pembiasaan perilaku hidup sehat seperti bernyanyi.

- c. Guru menggunakan strategi untuk memotivasi anak dalam membiasakan perilaku hidup sehat dan bersih seperti dengan menggunakan poster untuk mengingatkan anak untuk mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi mengenai faktor yang mendukung dan peng hambat dalam penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak kelompok A di Tk Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Samapang sebagai berikut:

- a. Dukungan dari sekolah dalam bentuk penyediaan sarana dan prasarana yang mendukung
- b. Adanya media yang menarik motivasi anak seperti poster yang berisi tentang perintah mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya.
- c. Pembiasaan yang konsisten dari guru untuk membentuk anak terbiasa hidup sehat dan bersih.

Sedangkan temuan penelitian tentang faktor penghambat dalam Spenerapan PHBS anak kelompok A di Tk Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang sebagai berikut:

- a. Beberapa anak masih sulit diatur dan belum terbiasa dengan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat ini.

- b. Pembiasaan hidup bersih anak belum terbentuk secara mandiri karena anak-anak masih perlu diingatkan terus menerus.

C. Pembahasan

Pada bagian ini, akan dipaparkan hasil temuan data yang diintegrasikan dengan temuan data yang di peroleh di lapangan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang dilakukan peneliti. Berikut pembahasan hasil temuan data yang di selaraskan dengan teori sebagai berikut:

1. Upaya Guru dalam Membiasakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di TK Aisyiah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang

- a. Penekanan dari kepala sekolah kepada guru di TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Sampang untuk memberikan contoh yang baik kepada anak

Berdasarkan hasil temuan TK Aisyiyah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang diketahui bahwa kepala sekolah berperan aktif dalam memberikan arahan dan penekanan kepada guru agar senantiasa menjadi teladan yang baik bagi anak, terutama dalam pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kepala sekolah menegaskan bahwa setiap guru harus memperhatikan perilaku sehari-hari di hadapan anak, karena anak-anak akan cenderung meniru apa yang mereka lihat secara langsung dari orang dewasa di sekitarnya. Salah satu bentuk keteladanan tersebut adalah guru harus membiasakan diri untuk mencuci tangan sebelum makan,

membuang sampah pada tempatnya, dan menjaga kebersihan lingkungan kelas bersama anak-anak.

Penekanan dari kepala sekolah ini sejalan dengan pendekatan pembelajaran sosial, menurut Bandura yang menyatakan bahwa anak belajar melalui proses observasi, imitasi, dan modeling. Dalam hal ini, guru menjadi model atau contoh nyata yang akan ditiru oleh anak dalam membentuk kebiasaan. Bandura menyebut bahwa pembelajaran yang efektif tidak hanya berlangsung melalui instruksi verbal, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh perilaku yang diamati anak dari lingkungannya.⁶⁹

Peran guru sebagai teladan dalam pembiasaan PHBS juga dikuatkan oleh pendapat Zakiyah dalam Suparlan, yang menyatakan bahwa guru adalah pendidik profesional yang telah menerima dan memikul tanggung jawab dari orang tua untuk mendidik anak-anak secara utuh, termasuk dalam membentuk karakter dan kebiasaan sehari-hari anak.⁷⁰ Tanggung jawab guru tidak hanya sebatas pada penyampaian materi pembelajaran, tetapi juga pada pembentukan sikap dan perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam PHBS guru yang menjadi teladan secara konsisten akan mempermudah anak dalam memahami dan membiasakan PHBS. Hal ini diperkuat oleh pendapat Suyadi yang mengutip bahwa

⁶⁹ Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986), 13.

⁷⁰ Suparlan, *Guru Sebagai Profesi* (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2006), 11.

strategi pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk memfasilitasi anak didik dalam mencapai tujuan pembelajaran, termasuk tujuan pembentukan kebiasaan positif melalui keteladanan dan pembiasaan yang konsisten.⁷¹

Dengan demikian dukungan kepala sekolah dengan menegaskan pentingnya keteladanan guru, dan upaya guru yang konsisten dalam membiasakan PHBS kepada anak penting dalam membentuk lingkungan belajar yang sehat bagi perkembangan anak usia dini.

- b. Penggunaan metode pembelajaran yang menyenangkan mendukung pembiasaan perilaku hidup sehat seperti bernyanyi

Dari hasil observasi yang sudah peneliti lakukan guru menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan dalam membiasakan PHBS dalam mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya, Salah satu strategi yang digunakan guru adalah mengajak anak-anak bernyanyi dan melakukan gerakan-tepuk sebelum melakukan kegiatan mencuci tangan. Hal ini dilakukan secara rutin sebelum dan sesudah makan untuk menanamkan kesadaran pentingnya menjaga kebersihan tangan guna mencegah masuknya kuman ke dalam tubuh yang dapat menyebabkan penyakit.⁷²

⁷¹ Suyadi, Strategi Pembelajaran Pendidikan Karakter, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), 13.

⁷² Suwanti dan Dika Krisbiantoro, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Bernyanyi

Metode bernyanyi ini tidak hanya membuat kegiatan menjadi menyenangkan, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang bermakna. Sujiono mengungkapkan bahwa anak usia dini sangat menyukai musik dan lagu sederhana, serta mampu mengulang lirik dan nada, yang secara tidak langsung akan meningkatkan kecerdasan mereka karena lagu memfasilitasi anak dalam mengekspresikan diri, bersenang-senang, dan memahami isi pesan lagu.⁷³ Nyanyian yang dinyanyikan di Tk Aisyiah seperti:

Sebelum kita makan cuci tanganmu dulu

Jagalah kebersihan untuk kesehatanmu

Banyak-banyak makan jangan ada sisa

Mulut tidak bersuara

Banyak-banyak makan jangan ada sisa

Mari makan bersama

Pembiasaan mencuci tangan yang dilakukan guru mengacu pada panduan enam langkah mencuci tangan menurut WHO. Langkah-langkah tersebut meliputi: (1) meratakan sabun ke seluruh bagian tangan, (2) menggosok punggung tangan dan sela-sela jari, (3) membersihkan bagian dalam jari dan telapak tangan, (4) menggosok ibu jari dengan gerakan memutar, (5) menggosok ujung

Terhadap Perilaku Cuci Tangan yang Benar”, *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 01 no. 01 (Agustus 2019): 24

⁷³ Sujiono, Yuliani Nurani, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: Indeks, 2008).23.

jari di telapak tangan, dan (6) membilas hingga bersih. Prosedur ini penting agar seluruh bagian tangan benar-benar bersih dari kuman.⁷⁴

Selain mencuci tangan, guru juga membiasakan anak untuk membuang sampah pada tempatnya. Kebiasaan ini dibentuk melalui kegiatan pembelajaran tematik dan praktik langsung di lingkungan sekolah. Guru memberikan contoh dengan membuang sampah pada tempat yang telah disediakan dan mengajak anak melakukannya bersama. Menurut kementerian pekerjaan umum pemilahan sampah merupakan kegiatan yang penting dalam penanganan dan pewadahan sampah di sumbernya. Setiap tempat pembuangan sampah harus memiliki tempat sampah setidaknya minimal dua buah untuk pewadahan sampah organik dan anorganik.⁷⁵ Hal ini bertujuan untuk menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sejak dini, sekaligus melatih tanggung jawab sosial anak.

Berdasarkan beberapa teori dan data lapangan di atas, dapat disimpulkan bahwa pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini harus dilakukan dengan cara yang menyenangkan dan interaktif. Metode bernyanyi, tepuk-tepuk, serta praktik langsung seperti mencuci tangan dan membuang sampah, dapat memperkuat pembelajaran dan membentuk kebiasaan positif pada anak. Guru

⁷⁴ Novi Indri Tiani, dkk, "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tentang Praktik Cuci Tangan yang Baik dan Benar Bagi Siswa di SDN 2 Batumalang", *Jurnal Pengabdian Masyarakat Balarea* 2 no. 1 (Juni 2023): 2.

⁷⁵ Ni Luh Prapti Padmita dan Ni Mude Marwati, "Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Keberadaan Tempat Sampah Dengan Tindakan Ibu Rumah Tangga Dalam Pemilahan Sampah", *Jurnal Kesehatan Lingkungan* 9, no. 2 (Oktober 2019): 164.

sebagai fasilitator dan teladan berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang edukatif sekaligus menyenangkan, sehingga anak dengan senang hati mengikuti kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

- c. Guru menggunakan strategi untuk memotivasi anak dalam membiasakan perilaku hidup sehat dan bersih seperti dengan menggunakan poster untuk mengingatkan anak untuk mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya

Dari hasil observasi yang dilakukan di TK Aisyiah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang, diketahui bahwa guru tidak hanya menggunakan metode yang menyenangkan seperti bernyanyi dan gerakan-tepuk, tetapi juga menerapkan strategi visual untuk menanamkan kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Salah satu strategi visual yang digunakan adalah pemanfaatan media poster. Poster-poster dengan pesan edukatif seperti "Cuci Tangan Sebelum Makan" dan "Buang Sampah pada Tempatnya" dipasang di berbagai sudut kelas dan area strategis lainnya. Tujuan dari pemasangan poster ini adalah memberikan pengingat visual yang konsisten kepada anak-anak, sehingga mereka terbiasa dan termotivasi untuk melakukan PHBS secara mandiri.

Penggunaan media poster sebagai alat bantu pembelajaran memiliki efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku anak terkait PHBS. Menurut

naimah dalam wayu bahwa media visual seperti poster dan buku pop-up dapat membantu meningkatkan pemahaman anak tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan, sekaligus menurunkan risiko penyakit yang timbul akibat perilaku hidup yang tidak sehat.⁷⁶

Selain sebagai alat bantu visual poster juga berperan sebagai media komunikasi yang efektif dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan. Desain yang menarik dan pesan yang mudah dipahami membuat poster menjadi media yang ideal untuk menginternalisasi nilai-nilai PHBS sejak usia dini.⁷⁷

Strategi guru dalam membentuk kebiasaan PHBS juga diperkaya dengan pendekatan pembiasaan, praktik langsung, penjelasan, bernyanyi, dalam hal ini media poster masuk dalam kategori media gambar yang digunakan dalam proses menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada anak-anak.⁷⁸

Berdasarkan hasil observasi dan kajian teori, dapat disimpulkan bahwa guru di TK Aisyiah Bustanul Athfal III Tanjung Sampang menggunakan berbagai strategi efektif dalam membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak

⁷⁶Naimah & wahtyu Styaningsih Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal. "Pembelajaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Media Pop-Up Book dan Poster." *IMHSJ*, no. 3, (Maret 2023), 182.

⁷⁷ Ibd, 183

⁷⁸ Chairatul Husna, Taat Kurnita Yeniningsih, dan Siti Naila Fauziah. "Strategi Guru dalam Menerapkan Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini di TK Bungong Seulupok Banda Aceh." *Jurnal Pendidikan Tambusai*, no. 1, (januari2025), 16

usia dini. Metode menyenangkan seperti bernyanyi dan gerakan-tepuk digunakan untuk menanamkan kebiasaan mencuci tangan, sementara media visual seperti poster dimanfaatkan untuk mengingatkan anak secara konsisten agar mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya. Strategi ini sejalan dengan teori perkembangan anak dan pendekatan pembelajaran visual, yang menekankan pentingnya pengalaman konkret, penguatan visual, dan keteladanan guru. Dengan demikian strategi pembiasaan PHBS yang diterapkan tidak hanya menanamkan kebiasaan baik, tetapi juga mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat dalam Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

a. Faktor pendukung

- 1) Dukungan dari sekolah dalam bentuk penyediaan sarana dan prasarana

Sekolah merupakan lingkungan kedua setelah rumah yang memiliki peran penting dalam proses pembelajaran anak, di sekolah, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga diajarkan untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Contoh penerapan PHBS di sekolah meliputi kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya, serta menggunakan fasilitas toilet dengan benar. Selain itu, masih

banyak aktivitas lain yang mendukung pola hidup sehat di lingkungan sekolah.

Pendapat komariah lingkungan sekolah yang mendukung PHBS akan membentuk kebiasaan positif pada anak melalui interaksi antara anak, guru, dan fasilitas yang tersedia.⁷⁹ Dalam mendukung keberhasilan PHBS, kepala sekolah berperan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, seperti tempat sampah, wastafel untuk mencuci tangan, serta toilet yang bersih dan layak pakai. Sementara itu, guru turut berperan aktif dengan membimbing anak, memberikan motivasi, serta menjadi teladan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di Tk Aisyiah Bustanul Atfhal III. Dengan kolaborasi antara kepala sekolah dan guru, diharapkan implementasi PHBS di lingkungan sekolah dapat berjalan efektif dan berkesinambungan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sekolah memiliki peran penting sebagai lingkungan kedua setelah rumah dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak. Pembiasaan PHBS di sekolah, seperti mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, dan menggunakan toilet dengan benar dapat didukung melalui penyediaan media yang

⁷⁹ Renanda Sabila Komariah, "Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Untuk Mencegah Penyakit Pada Anak di Tk Pertiwi Pamekasan" *Skripsi, Universitas Iain Madura*, 88.

menarik seperti poster, serta sarana dan prasarana yang memadai. Keberhasilan Upaya guru dalam membiasakan PHBS di Tk Aisyiah bustanul Atfhal III yang konsisten dari guru untuk membentuk anak terbiasa bersih dan sehat, guru yang menjadi teladan dan pembimbing bagi anak. Kolaborasi antara kepala sekolah, guru, dan lingkungan sekolah yang mendukung akan membentuk kebiasaan positif anak secara berkelanjutan.

- 2) Adanya media yang menarik motivasi anak seperti poster yang berisi tentang perintah mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya

Media visual memiliki beberapa fungsi penting dalam proses pembelajaran anak usia dini. Pertama, media visual berfungsi sebagai alat penarik perhatian dan motivasi, di mana poster dengan gambar menarik dan slogan yang jelas dapat mengarahkan fokus anak pada tujuan pembelajaran, seperti menjaga kebersihan diri dan lingkungan. media poster juga berfungsi sebagai sarana yang dapat mempengaruhi dan memotivasi perilaku anak. Pembiasaan yang konsisten dari guru untuk membentuk anak terbiasa hidup bersih dan sehat.

Hal ini sejalan dengan penggunaan media yang menarik seperti poster bertema PHBS yang berisi perintah mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya, yang terbukti dapat meningkatkan motivasi anak dalam menerapkan perilaku

hidup bersih dan sehat. Dalam fadli anak cenderung lebih mudah menangkap informasi melalui hal-hal yang bersifat nyata dan tampak secara visual dibandingkan dengan penjelasan secara lisan. Melalui gambar-gambar pada poster, anak dapat lebih cepat menghubungkan pesan yang disampaikan dengan perilaku yang seharusnya dilakukan, seperti kebiasaan mencuci tangan sebelum makan atau membuang sampah pada tempatnya.⁸⁰

Berdasarkan hasil observasi di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang, poster-poster bertema PHBS dipasang di beberapa sudut dalam kelas, seperti di dekat papan tulis dan sudut bermain. Anak-anak tampak tertarik memperhatikan dan berusaha membaca isi poster, meskipun kemampuan membaca mereka masih terbatas. Guru kemudian memperkuat pemahaman anak dengan memberikan penjelasan tentang isi poster dan mengajak anak untuk langsung mempraktikkan perilaku yang dimaksud, seperti mencuci tangan sesudah berkegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa poster tidak hanya berfungsi sebagai media visual semata, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran interaktif yang melibatkan keterlibatan aktif antara guru dan anak.

⁸⁰ Fadhli Dzil Ikrom, dkk, "STUDI LITERATUR: PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA VISUAL TERHADAP MOTIVASI BELAJAR". *Jurnal ISSN, Universitas Primagraha Kota Serang, Indonesia*, NO 1, (januari, 2025), 4.

Oleh karena itu, pemanfaatan media poster yang menarik dan mendidik tidak hanya membantu anak memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), tetapi juga dapat mendorong munculnya motivasi dari dalam diri anak untuk menjaga kebersihan secara mandiri. Penggunaan media ini menjadi bagian yang tak terpisahkan dari upaya pembiasaan PHBS yang dilaksanakan secara rutin oleh guru, serta didukung oleh lingkungan belajar yang mendukung dan menyenangkan, sebagaimana diterapkan di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang.

- 3) Pembiasaan yang konsisten dari guru untuk membentuk anak terbiasa hidup sehat dan bersih

Pembiasaan merupakan kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan menanamkan perilaku tertentu agar menjadi bagian dari rutinitas dan karakter anak. Dalam hal ini, peran guru sangat penting dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini melalui pembiasaan yang dilakukan secara konsisten setiap hari. Guru tidak hanya berfungsi sebagai pengingat, tetapi juga sebagai teladan dalam perilaku sehat.

Mutia menyatakan bahwa perilaku dapat dibentuk melalui pembiasaan.⁸¹ Ketika anak melakukan tindakan positif seperti mencuci tangan atau membuang sampah pada tempatnya, hal tersebut merupakan hasil dari proses meniru perilaku yang dicontohkan langsung oleh guru. Dalam hal ini, guru berperan sebagai model yang menjadi panutan bagi anak dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil observasi di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang, guru secara aktif dan konsisten membimbing anak dalam menerapkan kebiasaan PHBS. Setiap pagi, guru mengingatkan anak untuk mencuci tangan, memastikan mereka membuang sampah dengan benar, dan memberikan pujian saat anak menunjukkan perilaku bersih. Konsistensi dalam membimbing dan memberikan contoh tersebut membuat anak lambat laun terbiasa melakukan perilaku bersih secara mandiri.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembiasaan yang dilakukan secara konsisten oleh guru memiliki peran penting dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini. Melalui keteladanan dan bimbingan yang berkelanjutan, anak belajar meniru perilaku positif dari guru dan secara bertahap membentuk kebiasaan hidup sehat secara

⁸¹ Mutia Bustamam, "Tinjauan Metode Skinner Dalam Pembentukan Perilaku Anak Usia Dini di TK Raudhatul Ula Aceh Timur". *Jurnal, e-ISSN, Institut Agama Islam (IAI) Al-Aziziyah Samalanga Bireuen Aceh*, No 1, (maret 2024), 4.

mandiri. Proses pembiasaan ini tidak hanya membentuk rutinitas, tetapi juga berkontribusi dalam membangun karakter anak sejak usia dini.

b. Faktor penghambat

Faktor penghambat adalah segala sesuatu yang dapat menghambat atau memperlambat pencapaian tujuan dari penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara maksimal. Oleh karena itu, penting bagi pihak sekolah untuk mengetahui dan mengatasi hambatan-hambatan tersebut agar pelaksanaan kegiatan PHBS di lingkungan sekolah dapat berjalan dengan efektif dan berkelanjutan.

Berdasarkan hasil penelitian di TK Aisyiah Bustanul Atfhal III Tanjung Sampang, terdapat beberapa kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan PHBS. Salah satu hambatan yang muncul adalah kurangnya sarana dan prasarana yang memadai. Meskipun sekolah telah menyediakan wastafel sebagai fasilitas mencuci tangan, sabun yang digunakan masih kurang sesuai, yaitu menggunakan sabun cuci piring. Selain itu, di sekitar wastafel belum tersedia lap tangan atau handuk bersih yang dapat digunakan anak-anak setelah mencuci tangan. Kondisi ini membuat proses mencuci tangan belum terlaksana secara optimal.

masih ada beberapa anak masih sulit diarahkan dan belum terbiasa dengan kegiatan pembiasaan PHBS. Mereka memerlukan

bimbingan dan pengawasan guru secara terus-menerus, terutama dalam hal mencuci tangan dengan benar atau membuang sampah pada tempatnya. Anak-anak juga belum menunjukkan inisiatif terhadap kondisi lingkungan, misalnya ketika melihat sampah berserakan, mereka cenderung diam dan tidak langsung mengambil tindakan untuk membuangnya. Menurut Linda dalam jurnalnya, bahwa memang anak-anak sulit diatur dalam melakukan pembiasaan seperti ini karena mereka terkadang lupa atau bahkan malas untuk melakukannya.⁸² Maka dari itu guru perlu giat dan konsisten dalam menerapkan pembiasaan PHBS di sekolah.

Menurut Heni, pembiasaan PHBS pada anak-anak, seperti mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, dan menjaga kebersihan lingkungan, masih harus sering diingatkan dan dibimbing oleh guru maupun orang tua. Anak-anak cenderung belum melakukannya secara mandiri tanpa pengawasan atau pengingat dari orang dewasa.⁸³ Hal ini menunjukkan bahwa pembiasaan hidup bersih dan sehat belum sepenuhnya terbentuk secara mandiri dalam diri anak-anak. Banyak dari mereka masih harus sering diarahkan dalam menjalankan aktivitas yang berkaitan dengan PHBS. Perilaku bersih, seperti mencuci tangan sebelum makan atau setelah bermain,

⁸² Linda Suryani, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa/i Sekolah Dasar Negeri 37 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru" *jurnal, ISSN, STIKes Payung Negeri Pekanbaru, No 1*, (februari 2017)

⁸³ Heni Anggraini, "Determinasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah Dasar" *Jurnal, e-ISSN, UIN Raden Intan Lampung, 04*, no 4 (Maret 2025), 5.

belum dilakukan secara spontan karena belum menjadi bagian dari rutinitas yang tertanam dalam keseharian mereka. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif dari guru maupun orang tua untuk membimbing dan menanamkan kebiasaan ini secara konsisten agar menjadi perilaku yang melekat dalam diri anak.

Dengan demikian, hambatan-hambatan tersebut menunjukkan bahwa diperlukan upaya yang lebih intensif dari pihak sekolah, terutama guru dan kepala sekolah, untuk mengoptimalkan sarana dan prasarana, memberikan keteladanan secara konsisten, serta membimbing anak melalui pendekatan yang menyenangkan. Hal ini penting agar perilaku hidup bersih dan sehat dapat tertanam sejak dini dan menjadi kebiasaan yang dilakukan secara mandiri oleh anak-anak.