



## Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat: Strategi Guru di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai

Wan Azura Shafira\*<sup>1)</sup>, Widya Masyitah<sup>2)</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia\*<sup>1,2</sup>

Alamat Email Penulis

[wanazura1025@gmail.com](mailto:wanazura1025@gmail.com)<sup>1</sup>, [widyamasyitah@umsu.ac.id](mailto:widyamasyitah@umsu.ac.id)<sup>2</sup>

### Artikel Info

Received :

1 April 2023

Revised :

30 Mei 2023

Accepted :

30 Juni 2023

### Kata Kunci:

Siswa, perilaku hidup bersih dan sehat, strategi

### Keywords:

Student, clean and healthy living, strategy.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi guru dalam mengajarkan Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Sumber data penelitian ini adalah guru di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai. Wawancara, dokumentasi dan observasi dilakukan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian yang peneliti lakukan, penerapan yang dilakukan oleh pendidik dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini dengan cara melakukan pembiasaan, teori, praktik dan biasanya juga menggunakan buku ilustrasi. Diharapkan bahwa sekolah agar fasilitas di sekolah sebaiknya lebih di perbanyak juga sarana prasana sebaiknya di perbaharui dan kerja sama guru dan orangtua sangat di perlukan bagi proses pendidikan siswa.

### ABSTRACT

*This study aims to determine the teacher's strategy in teaching clean and healthy living behavior to children at Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai Kindergarten. This type of research is descriptive qualitative. The data source for this research is the teacher at TK Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai. Interviews, documentation and observations were conducted to collect data. The results of the research that researchers have done, the application carried out by educators in implementing clean and healthy living behaviors in early childhood by way of habituation, theory, practice and usually also using illustrated books. It is expected that the school so that the facilities at school should be more numerous as well as the infrastructure should be renewed and the cooperation of teachers and parents is very much needed for the student education process.*

### PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peran kunci dalam rangka peningkatan kualitas sumber daya manusia (Hasrian Rudi Setiawan, 2019). Dalam suatu pendidikan khususnya pendidikan anak usia dini kesehatan merupakan langkah awal untuk memulai berkembang secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangannya. Tidak hanya lembaga-lembaga di kota yang mampu mewujudkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat yang lebih unggul di dalam lingkungan sekolah dengan berbagai fasilitas yang lengkap dan modern. Berbeda dengan

salah satu Pendidikan Anak Usia Dini yang berada di Desa Nangka Kec. Binjai Utara yaitu TK Aisyah Bustanul Athfal Nangka Binjai yang mayoritas penduduknya berprofesi sebagai petani dan buruh. Meski mayoritas buruh dan petani akan tetapi lembaga ini tidak jauh beda dengan lembaga-lembaga yang berada di kota, lembaga ini selain aktif diberbagai kegiatan anak juga dapat menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah dengan secara yang sederhana dan berfasilitas seadanya. Kerjasama antara guru dan wali murid sangat erat soal perilaku hidup bersih dan sehat, perilaku hidup bersih dan sehat dimulai dari wali murid yang terbiasa berpakaian rapi saat mengantar dan menjemput anak di sekolah. Ini dilakukan agar anak dapat memicu kebiasaan dari orangtuanya, menggosok gigi, mandi dan juga mencuci tangan sebelum dan sesudah akan perlu dilakukan oleh orangtua karena 90% anak berada di naungan orangtua.

Guru mempunyai posistrategis untuk bisa menanamkan prinsip perilaku hidup bersih dan sehat di area sekolah. Melalui aktivitas tiap hari di sekolah, informasi tentang pola hidup sehat disebarluaskan kepada anak usia dini secepat mungkin. Semakin besar peran guru dalam memberitahukan informasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat, maka anak semakin sanggup berlatih di sekolah (Putri, R. M., Rosdiana, Y., & Nisa, 2019).

Upaya menjaga kesehatan juga dilakukan dalam sekolah dengan intruksi hal-hal kecil yang setiap harinya dilakukan di sekolah dan juga bisa dilakukan di rumah yang kerap tiap hari diintruksikan dan dipraktikan oleh guru di masing-masing kelas yakni perintah guru untuk mencuci tangan sebelum makan dan sesudah makan. Perintah ini dilakukan setiap hari oleh guru agar siswa dapat melakukannya di rumah dan dimanapun mereka akan makan (Lubis et al., 2022).

Praktik tentang kebersihan juga dilakukan di sekolah dengan intruksi awal guru kepada siswa untuk mencari sampah yang ada di dalam kelas kemudian membuangnya di tempat sampah. Intruksi selanjutnya yakni penjelasan tentang membuang sampah pada tempatnya dimanapun siswa berada. Kebersihan lainnya juga dipraktikkan yakni kebersihan pada diri sendiri, tentang menjaga kebersihan mulut dengan cara menggosok gigi secara rutin, mandi minimal dua kali sehari dan juga menjaga kebersihan pakaian. Dengan cara dan praktek sederhana inilah lembaga pendidikan anak usia dini di TK Aisyah Bustanul Athfal dikatakan berbeda dengan pendidikan yang ada di desa tersebut dan tidak kalah dengan lembaga yang ada di kota.

Dengan kegigihan guru dan juga orangtua dalam bekerjasama membangun perilaku hidup bersih dan sehat secara sederhana di dalam sekolah dan di lingkungan sekitar sekolah. Kersjasama antara guru dan orangtua dalam mengasuh kesehatan anak sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak melakukan optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan salah satu dengan melalui perilaku hidup bersih dan sehat yakni jika anak dikenalkan hidup sehat mulai dini maka akan memiliki perilaku hidup bersih dan sehat kemudian hari, dimanapun dan kapanpun akan tetap melakukan perilaku hidup bersih dan sehat yang artinya anak usia dini memiliki Perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini tidak akan kehilangan tahap tumbuh kembang selanjutnya(Rahimah & Sukiman, 2020).

Pertumbuhan anak usia dini yang optimal bisa dilihat dari Perilaku hidup bersih dan sehatnya. Menurut Kementerian kesehatan adanya Perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting dilakukan di lingkungan anak, dengan kisaran anak di Indonesia rata-rata 30% dari total penduduk sekitar 237.556.363 merupakan usia sekolah dari masa keemasan yang perlu ditanamkan Perilaku hidup bersih dan sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Menurut penulis adanya perilaku hidup bersih dan sehat yang diprogramkan oleh Kementerian Kesehatan RI, Endang Rahayu Sedyaningih menyampaikn bahwa masalah yang dihadapi anak usia TK mengenai kesehatan adalah kurangnya kebersihan perorangan dan lingkungan Perilaku hidup bersih dan sehat seperti membuang sampah

tidak pada tempatnya, menggosok gigi dengan benar, cuci tangan pakai sabun dan kebersihan lainnya (Lafiyati, 2014).

## **METODE**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Berikut beberapa pengertian penelitian kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor dalam (Sugiyono, 2019), penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut keduanya pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu secara menyeluruh (Arikunto, 2013).

Lokasi penelitian adalah tempat dimana peneliti melakukan penelitian untuk memperoleh data yang diinginkan. Penelitian ini dilakukan di TK Aisiyah Bustanul Athfal yang alamatnya di Jalan. Arif Rahman Hakim No. 74, Kel Nangka, Kec. Binjai Utara 20742 Binjai-Sumatera Utara.

Proses analisis data dimulai dari menelaah seluruh data dari berbagai sumber, yakni wawancara, observasi, dokumen pribadi dan resmi, gambar, foto dan sebagainya. Dalam analisis data penulis menggunakan analisis data kualitatif yaitu analisis data yang bersifat non-statistik. Tujuannya meliputi penggalian makna penggambaran, penjelasan dan penempatan data sesuai dengan konteks masing-masing. Maka data yang diperoleh harus bersifat sistematis agar mudah dipahami dan diuraikan.

## **HASL DAN PEMBAHASAN**

Strategi guru dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat untuk anak usia dini di TK Aisiyah Bustanul Athfal Nangka yang dilakukan setiap hari di sela-sela pelajaran, dimana guru menyampaikan materi dan juga praktik langsung dan di dampingi oleh guru yakni tentang perilaku hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dan minum, membuang sampah pada tempatnya dan banyak hal-hal lainnya. Pembelajaran anak usia dini yang menggunakan kurikulum 2013 yang mana pada penerapannya saat ini haruslah menerapkan holistik integratif. Holistik integratif merupakan pembelajaran yang disampaikan secara menyeluruh dari beberapa aspek perkembangan, mulai dari aspek kesehatan, gizi, perlindungan, rangsangan pendidikan dan pengasuhan. Adapun penelitian ini menekankan pada aspek kesehatan yaitu berupa kesehatan, yang mana untuk penerapannya dilakukan disetiap harinya, setiap minggunya dan disetiap akhir bulan.

Untuk praktik yang dilakukan disetiap harinya yaitu mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, yang dilakukan saat sebelum istirahat, dimana dalam satu kelas ada dua guru, satu guru bertugas di dalam kelas untuk menertibkan murid saat akan ke kamar mandi guna mencuci tangan, guru kedua berada di kamar mandi guna untuk menjelaskan atau memberi contoh kepada murid yang belum paham bagaimana cara mencuci tangan dengan benar, karena tidak semua anak mampu melakukannya. Sebagian anak ada yang masih malu-malu ada juga yang masih butuh bimbingan langsung.

Untuk praktik membuang sampah ini di lakukan sebelum pelajaran di mulai dengan melihat keadaan sekitar, dimana anak diajarkan untuk selalu menjaga kebersihan agar proses belajar mengajar menjadi nyaman, hal ini dilakukan sebelum dan sesudah belajar. Hal tersebut tentunya diberlakukan lebih saat kegiatan istirahat, karena beberapa anak membawa makanan atau snack yang dibungkus. Hal tersebut tentunya perlu untuk diajarkan menerapkan membuang sampah pada tempatnya, dan gurupun terus berperan aktif untuk mengingatkan siswa agar membuang sampah pada tempatnya (Jf & Sukiman, 2020).

Pembiasaan ini dilakukan dan disampaikan kepada murid-murid agar anak tidak lupa akan hal kecil yang wajib dilakukan setiap hari untuk menjaga kesehatan anak. Agar apa yang sudah dijelaskan dan dipraktikkan di sekolah tidak mudah dilupakan oleh anak maka dari itu kerjasama guru dan orangtua disini sangat berpengaruh. Di setiap tahun ajaran baru, awal masuk sekolah, guru mengadakan sebuah rapat yang membahas tentang kerjasama antara guru dan juga orangtua, di karenakan waktu yang dimiliki anak lebih banyak berada di rumah, maka dari itu sangat diperlukan kerjasama orangtua dalam pengawasan saat anak di rumah, pengawasan ini tidak hanya berlaku untuk pembelajaran pelajaran anak saja, akan tetapi hal-hal kecil yang sudah dilakukan di sekolah dapat dilakukan juga di rumah, sebagai mana mestinya yang dilakukan di sekolah, dalam lembaga ini kesehatan yang nomor satu karena ketika murid sakit makan akan menghambat proses belajarnya anak.

Mengajarkan anak tidak hanya dengan teori dan perintah akan tetapi dengan berbagai cara, selain menggunakan metode pembiasaan guru juga memberikan sebuah buku yang ada ilustrasinya dengan begitu anak mudah untuk membentuk karakter yang mampu melakukan apa yang sudah diperintah guru, dengan begitu anak tidak hanya menerima penjelasan dari mulut akan tetapi dengan menggunakan indra penglihat disitu akan memudahkan anak untuk memahami apa yang baik dan apa yang tidak baik. Selain itu guru juga sering memberikan cerita-cerita mengenai kesehatan, dimana anak akan berimajinasi tentang cerita guru sehingga ketika ada cerita yang tidak baik untuk dilakukan anak di manapun mereka berada anak akan mudah mengingat akan hal yang sudah disampaikan oleh guru.

Dari hasil pembelajaran untuk menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat, guru juga mengadakan rapat di awal masuk tahun ajaran baru, guru juga membuat sebuah lembaran laporan mingguan yang nantinya akan dikasih pada orangtua murid di akhir hari sekolah. Laporan ini sangat membantu untuk orangtua dalam mengawasi anak, apa saja yang belum mampu anak capai saat di sekolah dan apa saja yang sudah mampu di capai. Laporan ini juga lebih mudah di pahami, karena tidak semua wali murid adalah orangtua kandung, ada yang tantunya, dan kebanyakan neneknya, ini memudahkan jika wali muridnya neneknya. Kemampuan dalam menangkap hal-hal yang disampaikan guru sebenarnya anak mampu memahaminya, akan tetapi tidak semua anak dapat melakukannya, karena sifat anak kecil berbeda-beda, ada yang pemalu, ada yang masih harus di tuntun dan bahkan ada juga yang tidak mau tau, maka dari itu sebagai pendidik harus sabar dan telaten.

Dalam hasil penelitian bagaimana perilaku atau reaksi siswa dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat untuk anak usia dini di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka menjelaskan bahwa tanggapan atau reaksi anak kecil untuk memahami suatu pembiasaan yang nantinya akan dilakukan di manapun mereka berada, pembiasaan ini seperti mencari dan membuang sampah yang ada di dalam kelas dan di sekitar mereka, hal ini dilakukan hampir setiap hari sebelum dan sesudah belajar, tidak semua anak mampu atau langsung tanggap dalam menjalankan perintah tersebut, ada beberapa anak yang masih diam, ada juga yang masih malu-malu dan ada yang tidak faham apa maksud gurunya, disini guru langsung mendatangi anak tersebut dan menjelaskan ulang di hadapannya dan membantu anak tersebut untuk melakukan perintah guru, dengan begitu anak mampu atau langsung tanggap di kemudian hari.

Untuk membuahkan hasil yang baik dimana guru tidak hanya menggunakan teori saja, akan tetapi juga menggunakan praktik. Untuk perintah dan praktik ini memang harus dilakukan dengan nyata, jika hanya menggunakan teori atau perintah saja memungkinkan anak yang belum faham akan semakin tidak mengerti dan memahami, oleh karena itu

perlu untuk membiasakan dan melatih anak sebagai bentuk praktiknya. Contohnya saat menjaga kebersihan badan, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dimana di dalam kelas ada dua guru yang satu memerintah dan satunya praktik di tempat cuci tangan, disini guru dapat mengerti bagaimana dan sejauh mana anak mampu melakukannya sendiri tanpa bantuan dari guru.

Tidak hanya di lingkungan sekolah saja anak akan melakukan apa yang sudah di pelajari di sekolah akan tetapi mereka akan melakukannya di rumah juga dengan bantuan atau pengawasan orang tua. Dimana setiap orang tua akan menerima laporan perkembangan anak, disitu orang tua dapat mengajarkan dan menanamkan apa yang sudah di lakukan di sekolah dan juga mengajarkan kembali apa yang belum di capai di sekolah, sehingga anak tidak mudah untuk lupa dan mampu membiasakan dilingkungan sosial.

Guru setidaknya memperhatikan kebutuhan murid saat di sekolah, akan tetapi guru juga membuka kesempatan bagi wali murid yang ingin bercerita tentang murid saat berada di rumah. Para wali murid juga sering bercerita tentang apa saja yang tidak mampu di lakukan oleh orang tua kepada anaknya saat berada dirumah, sering kali para orang tua mengeluh saat anak tidak mampu melakukan apa yang sudah di lakukan di sekolah dan saat anak susah sekali melakukan hal-hal kecil seperti bermain menggunakan sandal, mencuci kaki setelah bermain, merapikan mainan setelah bermain dan banyak lagi, disini orang tua bercerita dan berpesan kepada guru agar apa yang telah di keluh kesahkan orang tua pada guru nantinya guru mampu untuk mengubah hal-hal tersebut menjadi kebiasaan yang baik.

Untuk mengetahui perkembangan anak saat ini pada saat dirumah peneliti tentunya melakukan wawancara pada beberapa wali murid. Adapun hasil wawancara pada beberapa wali murid dapat di simpulkan bahwa segala sesuatu yang di harapkan orang tua saat anak berada di sekolah juga dapat di laksanakan di rumah juga dan apa yang di harapkan orang tua dapat di wujudkan saat ada di rumah, dan dengan adanya komunikasi antara guru dan juga orang tua dapat memudahkan anak dalam berlangsungnya tumbuh kembang anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

Dalam hasil penelitian dapat di lihat antusias atau tanggapan anak saat penerapan perilaku hidup bersih dan sehat berlangsung di tengah-tengah pelajaran, disini hanya ada satu adan dua anak yang tidak mampu untuk merespon secara spontan tentang apa yang di jelaskan oleh guru, akan tetapi dengan ketelatenan dan kesabaran guru, anak yang tidak mampu untuk merespon perlahan menjadi terbiasa saat guru menjelaskan.

Adapun bentuk kerja sama yang dapat di bangun antara sekolah dengan pihak masyarakat dapat lebih luas. Masyarakat disini tidak hanya masyarakat yang berada di sekitar sekolah saja yang dapat di libatkan dalam program sekolah. Akan tetapi semua unsur dan pihak-pihak lain yang dapat dilibatkan untuk membantu terciptanya lingkungan belajar yang kondusif. Unsur masyarakat yang dapat dilibatkan dalam pemenuhan kebutuhan lingkungan belajar sekolah adalah lembaga pendidikan lain yang sederajat atau yang lebih tinggi, perusahaan yang bergerak di bidang pengadaan sarana dan prasarana belajar serta fasilitas pendidikan khususnya di bidang pendidikan TK, pemerintah, serta perseorangan yang ikut terlibat dalam pengadaan dan pemenuhan lingkungan belajar di TK.

Untuk menciptakan kerjasama yang saling memberikan manfaat antara unsur-unsur diatas, pihak sekolah sapat melakukan langkah-langkah yang strategis dan terencana dengan baik agar kerja sama yang di bangun tersebut tidak hanya berlaku untuk sesaat melainkan untuk jangka panjang. Sebelum memulai kerja sama, alangkah baiknya

pihak sekolah melakukan analisis kebutuhan terlebih dahulu, agar kerja sama yang di bangun sesuai dengan apa yang di butuhkan oleh pihak sekolah.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka dibawah ini akan dikemukakan beberapa kesimpulan terkait dengan Strategi Guru Dalam Mengajarkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal Nangka Binjai. Secara umum dapat disimpulkan bahwa penerapan yang dilakukan oleh pendidik dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini dengan cara melakukan pembiasaan, teori, praktik dan biasanya juga menggunakan buku ilustrasi. Dalam berlangsungnya pelaksanaan penerapan guru dengan telaten dan sabar untuk mengatasi anak yang belum mampu atau yang masih malu-malu.

Pengajaran yang di terima oleh siswa dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yaitu baik, anak mampu melakukan apa yang sudah di perintah oleh guru dan anak mampu melakukannya di lingkungan rumah, tentunya dengan kerja sama antara orang tua serta guru di sekolah, hal ini juga untuk memudahkan guru dalam melakukan proses mengajar dan belajar dan juga sangat membantu bagi para orang tua yang kesulitan akan anak melakukan yang sudah di pelajari di sekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, berkat rahmat Allah SWT maka saya dapat menyelesaikan penelitian ini. Terimakasih banyak atas support dari orang tua, pembimbing dan teman seperjuangan.

## REFERENSI

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Hasrian Rudi Setiawan, W. M. (2019). PENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR SISWA DENGAN MENGGUNAKAN MODEL PEMBELAJARAN TEAM ASSISTED INDIVIDUALIZATION (TAI) PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SMP RAHMAT ISLAMİYAH MEDAN. *Al-Hadi*, 4.
- Jf, N. Z., & Sukiman. (2020). Pengembangan Media Flipchart Tema Kelestarian Alam Untuk Mengoptimalkan Kecerdasan Naturalistik Anak di TK IT Zia Salsabila Medan. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 88–109. <https://doi.org/10.24235/awlady.v6i1.5880> OCITATIONS0 total citations on Dimensions.
- Lafiyati. (2014). *Upaya Meningkatkan Pembiasaan Perilaku Hidup Sehat Dengan Metode Role Play Pada Kelompok A RA MUSLIMAT NU Jogomulyo I TEMPURAN MAGELANG*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Lubis, F. G., Putri, A. D., Irvan, R. A., & Jf, N. Z. (2022). *PROFESIONAL TEACHERS AS COMMUNICATIONS AND LEARNING FACILITATORS FOR STUDENTS*. 1(1), 34–38.
- Putri, R. M., Rosdiana, Y., & Nisa, A. C. (2019). Application of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) From The Household Knowledge and Attitude Study. *Journal Of Nursing Practice*, 3(1), 34–49.
- Rahimah, & Sukiman. (2020). Parenting Patterns and Their Implications for the Development of Early Childhood Social Attitudes. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 135–146. <https://doi.org/https://doi.org/10.14421/al-athfal.2020.62-04>.
- RI, K. K. (2011). *PEDOMAN PEMBINAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Sugiyono. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R, & D*. Alfabeta.