



## Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Kedisiplinan Anak di TK Assalam

Haryati

[\\*Harvaticiracap876@gmail.com](mailto:Harvaticiracap876@gmail.com)

\*Universitas Muhammadiyah Sukabumi

\*Jawa Barat, Indonesia

### ABSTRAK

Berbagai permasalahan yang terjadi pada Anak Usia Dini dalam konteks PHBS diantaranya adalah terkait dengan kedisiplinan dalam pelaksanaan PHBS. PHBS ini dapat diselenggarakan di sekolah,, sehingga secara mandiri dapat mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan diri, serta dapat berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan PHBS terhadap kedisiplinan anak anak di TK Assalam, mengetahui proses pelaksanaan PHBS kepada anak di TK Assalam, dan mengetahui pengaruh guru dalam penerapan PHBS di TK Assalam. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif untuk menguji hubungan PHBS dengan kedisiplinan anak usia dini. Sampel dalam penelitian ini diambil secara keseluruhan (total) yaitu seluruh siswa anak usia dini kelompok B di TK Assalam dengan jumlah 20 orang. Hasil dari penelitian ini diperoleh nilai P value  $0,000 < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan PHBS terhadap Kedisiplinan Anak Usia Dini di TK Assalam. Diperoleh model persamaan regresi  $Y = 3.529 + 0,341 X$ , yang artinya bahwa pada saat PHBS 0, maka Kedisiplinan memiliki nilai 3.529. Selanjutnya nilai positif 0,341 menggambarkan bahwa arah hubungan antara variabel PHBS dengan variabel Kedisiplinan adalah searah, dimana setiap kenaikan satu satuan variabel PHBS akan akan menyebabkan kenaikan Kedisiplinan sebesar 0,341. Saran yang diberikan kepada para para guru wajib mengayomi anak tiap hari buat menyesuaikan cuci tangan saat sebelum serta setelah makan, biasakan anak BAK serta BAB dikamar mandi, serta latih anak semenjak dini buat hidup sehat, diawali dari sekolah sampai kerja sama guru serta orang tua murid di rumah.

**Kata Kunci:** PHBS, Kedisiplinan Anak Usia Dini

### **Abstract**

Various problems that occur in early childhood in the context of PHBS include those related to discipline in implementing PHBS. This PHBS can be held in schools, so that you can independently prevent disease, improve your personal health, and can play an active role in creating a healthy environment. This research aims to find out the relationship between PHBS and the discipline of children in Assalam Kindergarten, find out the process of implementing PHBS for children in Assalam Kindergarten, and find out the influence of teachers in implementing PHBS in Assalam Kindergarten. The type of research used in this research is a quantitative research method to examine the relationship between PHBS and early childhood discipline. The sample in this study was taken as a whole (in total), namely all early childhood students in group B at Assalam Kindergarten with a total of 20 people. The results of this research obtained a P value of  $0.000 < 0.05$ , it can be concluded that there is a relationship between PHBS and Early Childhood Discipline in Assalam Kindergarten. The regression equation model obtained is  $Y = 3,529 + 0.341 X$ , which means that when PHBS is 0, Discipline has a value of 3,529. Furthermore, a positive value of 0.341 illustrates that the direction of the relationship between the PHBS variable and the Discipline variable is unidirectional, where every one unit increase in the PHBS variable will cause an increase in Discipline of 0.341. The advice given to teachers is to protect children every day to ensure they wash their hands before and after eating, get children used to urinating and defecating in the bathroom, and train children from an early age to live healthy lives, starting from school and working together with teachers and parents. At home.

Keyword : PHBS, Dicipline, and Early Childhood

## PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini memiliki peran penting dalam mengembangkan pengetahuan dasar bagi anak, yakni mengembangkan nilai moral, agama, sosial emosional, konsep diri, disiplin dan rasa mandiri anak, serta mengembangkan kemampuan fisik, kognitif dan seni. Pada usia ini juga ditunjukkan dengan kemampuan otak manusia yang sangat luar biasa, seperti spons yang siap menyerap apapun yang diterima oleh lingkungan sekitarnya (Mutiah, 2010).

Menjaga kesehatan sangat penting diterapkan pada anak usia dini, sebab pada usia ini, anak-anak masih rawan terkena penyakit dan daya tahan tubuh anak-anak belum sekuat orang dewasa pada umumnya (Mardhiati 2019). Ada banyak kegiatan yang dapat diterapkan agar anak bisa mempunyai kebiasaan untuk memiliki perilaku hidup yang bersih dan sehat, misalnya makan makanan yang sehat, seperti halnya pendapat yang disampaikan oleh Ogden (2010) bahwa perilaku makan sehat yakni perilaku mengkonsumsi beberapa jenis kelompok makanan yang disarankan, seperti makanan yang mengandung karbohidrat, buah, dan sayur, protein, dan lemak, berlaku

secara universal, kemudian mencuci tangan sebelum makan, menggosok gigi, mandi, dan lain sebagainya. Berdasarkan hal-hal tersebut maka penting bagi guru sebagai seorang pendidik untuk mengajarkan kepada anak untuk memiliki sikap hidup bersih dan sehat, mengingat banyak sekali anak usia dini yang belum mengerti tentang hal itu. Pembelajaran kesehatan yang dilaksanakan di sekolah memiliki tujuan agar anak-anak mampu menolong diri sendiri dalam bidang kesehatan (Kemenkes, 2011).

Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS) merupakan sekumpulan sikap yang dipraktikkan atas bawah pemahaman selaku hasil pendidikan, yang menjadikan seorang, keluarga, kelompok ataupun warga sanggup membantu dirinya sendiri( mandiri) di bidang kesehatan serta berfungsi aktif dalam mewujudkan kesehatan warga( Kemenkes, 2011).

Pembiasaan pelaksanaan PHBS kepada anak umur dini inipun jadi salah satu upaya buat mendisiplinkan anak. Disiplin di area prasekolah sangat butuh ditanamkan kepada anak umur dini dalam menata tingkah lakunya sebab anak nantinya hendak mengalami seluruh pengaruh- pengaruh dari area luar. Disiplin memusatkan tingkah laku

seorang sedemikian rupa supaya bisa diterima orang sekitarnya cocok ketentuan yang berlaku di sekelilingnya, dalam perihal ini, guru selaku pendidik mesti mengarahkan gimana berperilaku baik dengan orang lain. Apabila seseorang anak semenjak dini telah ditanamkan disiplin secara terus menerus, hingga hendak sangat gampang untuk anak tersebut melakukan peraturan serta bisa membiasakan dirinya dengan area yang yang lain( Wibowo, 2012).

Bersumber pada hasil wawancara yang dicoba dengan kepala sekolah serta guru kelas di TK Assalam pada bertepatan pada 30 Mei 2022, didapatkan data bahwasanya TK Assalam melakukan program Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS). Sebaliknya dari hasil pengamatan yang periset jalani dari bertepatan pada 1 hingga 3 Juni 2022 ditemui masih terdapat anak yang belum berperilaku hidup bersih serta sehat, dimana terdapat anak cuci tangan tidak gunakan sabun, sehabis mencuci tangan anak melapkan ke pakaiannya. Melihat kasus tersebut penulis memperhitungkan kalau belum optimalnya persiapan guru dikala melaksanakan penerapan program Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS) di sekolah, dimana belum nyatanya pembinaan

guru pada anak dikala melakukan PHBS, tata cara ataupun strategi yang digunakan guru, fasilitas serta prasarana yang telah terdapat selaku pendukung penerapan program Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS) belum digunakan dengan semestinya.

Akibat dari tidak terlaksananya PHBS bisa terjalin pada siswa anak umur dini yang sebagian besar berbentuk penyakit yang dialami sebab berkaitan dengan PHBS( Zuriah, 2011). Perihal ini sejalan dengan penelitian Sari, dkk.( 2016) mengatakan kalau anak yang rentan terserang bermacam penyakit semacam diare, kecacingan serta lain- lain merupakan anak umur dini. Mengingat umur anak umur dini yang rentan terserang bermacam penyakit yang berhubungan dengan kebersihan, hingga PHBS di area sekolah sangat berarti. Kala jam rehat kanak- kanak lebih suka membeli santapan di luar sekolah yang tidak higienis serta bahan santapan yang tidak sehat. Ditambah dengan Kerutinan kanak- kanak yang tidak cuci tangan saat sebelum maupun setelah makan.

Perlunya dilakukan pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilakukan secara tertib untuk

mengembangkan perilaku sehat anak, konsentrasi pada kegiatan mencuci tangan yang baik dan benar. Maka dari itu, penelitian ini diberikan judul “Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Kedisiplinan Anak di TK Assalam”.

(1) Tujuan Penelitian

- a. Diketahui hubungan PHBS terhadap kedisiplinan anak anak di TK Assalam
- b. Diketahui proses pelaksanaan PHBS kepada anak di TK Assalam
- c. Diketahui pengaruh guru dalam penerapan PHBS di TK Assalam

(2) Rumusan Masalah

- a. Bagaimana kontribusi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap kedisiplinan anak di TK Assalam?
- b. Bagaimana proses pelaksanaan PHBS di TK Assalam??
- c. Bagaimana pengaruh guru dalam menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Assalam terhadap kedisiplinan siswa?

## METODE PENELITIAN

Meotde yang digunakan dalam riset

ini merupakan tata cara riset kuantitatif sebab informasi riset berbentuk angka-angka serta analisis memakai statistik. Riset ini bertujuan buat menguji apakah terdapat ikatan Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS) dengan kedisiplinan anak umur dini. Populasi dari riset ini yakni segala anak umur dini kelompok B di TK Assalam yang berjumlah 20 orang. Ilustrasi dalam riset ini diambil secara totalitas( total) ialah segala siswa anak umur dini kelompok B di TK Assalam dengan jumlah 20 orang. Alibi mengapa memilah kelompok B buat dijadikan ilustrasi sebab kelompok B ini dikira telah menyesuaikan diri dengan area sekolahnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji Regresi Linear Sempel di atas didapatkan nilai korelasi merupakan 0, 926. Nilai ini bisa diinterpretasikan kalau ikatan Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS) terhadap Ketertiban Anak Usia Dini Kelompok B di TK Assalam terdapat di jenis Sangat kokoh. Diperoleh nilai P value 0, 000&lt; 0, 05, dimana bisa disimpulkan kalau ada ikatan Sikap Hidup Bersih serta Sehat( PHBS) terhadap Ketertiban Anak Umur Dini Kelompok B di TK Assalam.

Bersumber pada tabel diatas diperoleh model persamaan regresi:  $Y = 3.529 + 0,341X$ , yang maksudnya bersumber pada persamaan tersebut dikenal nilai konstantanya sebesar 3.529. secara matematis, nilai konstanta ini melaporkan kalau pada dikala PHBS 0, hingga Ketertiban mempunyai nilai 3.529. Berikutnya nilai positif 0,341 yang ada pada koefisien regresi variabel leluasa( PHBS) menggambarkan kalau arah ikatan antara variabel leluasa( PHBS) dengan variabel terikat( Ketertiban) merupakan searah, dimana tiap peningkatan satu satuan variabel PHBS hendak hendak menimbulkan peningkatan Ketertiban 0,341.

Pelaksanaan sikap hidup bersih serta sehat bisa diawali dengan mempraktikkan Kerutinan memelihara kebersihan semenjak dini. Perihal ini sangat berguna buat senantiasa dicoba supaya kesehatan badan senantiasa terpelihara. Hendak namun upaya dalam mewujudkan kondisi yang sehat baik zona maupun orang, diperlukan langkah-langkah yang kongkrit buat mencapainya. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui sekolah yakni langkah yang sangat strategis. Mengenai ini diakibatkan anak

sekolah yakni generasi penerus bangsa yang perlu dilindungi, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Tidak cuma itu, anak usia sekolah yakni anak diusia muda, yakni usia yang terletak dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan sehingga masih peka terhadap penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendidikan.

Bagi Kemenkes( 2011) kalau PHBS itu sendiri terdiri dari rumah tangga, PHBS sekolah, PHBS anjuran universal. PHBS sekolah terdiri dari 6 penanda ialah cuci tangan dengan air bersih serta sabun kala terletak di sekolah, memakai jamban bila buang air kecil( BAK) serta buang air besar( BAB) kala di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, menjajaki aktivitas berolahraga, jajanan di kantin sekolah, serta tidak merokok di sekolah( Kemenkes 2011).

Terdapat 5 pesan PHBS yang di informasikan pada siswa/ i TK Assalam terdiri dari Cuci tangan dengan air yang mengalir serta memakai sabun, Komsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, Memakai jamban yang bersih serta sehat, Berolahraga yang tertib serta terukur, serta Membuang sampah pada tempatnya.

Sikap Hidup Bersih di Sekolah ialah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh

partisipan didik, guru dan masyarakat zona sekolah atas dasar uraian sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu menjauhi penyakit, tingkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan zona sehat( Notoatmodjo, 2014). PHBS disekolah ialah upaya buat memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat zona sekolah supaya ketahui, ingin serta sanggup mempraktikan PHBS, serta berfungsi aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Cuci tangan dengan sabun serta air mengalir ialah salah satu upaya buat menghindari penularan peradangan dengan menghilangnya mikroba yang terdapat di tangan( Langley, 2002). Sikap warga dalam cuci tangan secara benar cuma menggapai 47%( Kemenkes 2011). Sikap cuci tangan yang disarankan ialah saat sebelum mempersiapkan santapan, tiap kali tangan kotor( antara lain sehabis memegang duit, fauna, berkebun), sehabis buang air besar( Kemenkes, 2011). Mencuci tangan dengan sabun serta airmengalir disarankan dikala tangan nampak kotor, memakai wc, serta saat sebelum serta setelah makan( Matur, 2011). Cuci tangan wajib jadi prioritas pembelajaran menanamkan praktek simpel, bawah serta efisien kebersihan

tangan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2011). Pedoman Pelaksanaa Jaminan Kesehatan Masyarakat, Jakarta: Kemenkes.
- Langley J. (2002). From Soap and Water, to Waterless Agents: Update on hand hygiene in Health Care Settings. *Can J Infect Dis*; 13(5): 285–286
- Lesmana T.,C. 2014. Tingkat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Rumah Tangga di Desa Kauman Kecamatan Wododaren Kabupaten Ngawi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 07 No 02*.
- Mardhiati, Retno. (2019). “Guru Paud: Pendidikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Usia Dini” 2 (3): 9.
- Matur P. (2011). Hand Hygiene: Back to the Basics of Infection Control. *Indian J Med Res.*; 134(5): 611–620.
- Mutiah, Diana. (2010). Psikologi Bermain Anak Usia Dini. Jakarta : Kencana Prenadamedia Group.
- Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Ogden, J. (2010). *The Psychology Of Eating: From Healthy To Disordered Behavior*. USA: The Blackwell Publishing. Available FTP: <http://books.google.com>
- Sari, Nia. Indriana et al (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

Sebagai Upaya Untuk Pencegahan Penyakit Diare Pada Siswa Di Sdn Karangtowo Kecamatan Karangtengah Kabupaten Demak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat. (e-Journal)*. Vol. 4. No. 3. Juli 2016. (ISSN: 2356-3346). Tersedia di: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>

Sidiq, A. M., Al Umairi, M., & Salsabillah, N. I. (2022). PENERAPAN METODE BERCERITA MENGGUNAKAN BONEKA TANGAN UNTUK MENGEMBANGKAN KARAKTER ANAK PADA KELOMPOK A. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini)*, 3(2), 173-184. Wibowo, Agus. 2012. Pendidikan Karakter Usia Dini (Strategi Membangun Karakter Di Usia Emas). Yogyakarta : Pustaka Belajar

Zuriah, Nurul (2011). Pendidikan Moral & Budi Pekerti Dalam Prerspektif perubahan. Jakarta: PT Bumi aksara.