

PERAN ORANG TUA DALAM PEMBIASAAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK KELOMPOK A DI TK NEGERI KI HADJAR DEWANTORO 1 GORONTALO

Balgis Nur Fadhillah Mokodongan^{1*}, Sri Wahyuningsi Laiya², Yenti Juniarti³

¹ Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

² Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

³ Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

*E-mail: balgis_s1paud2018@mahasiswa.ung.ac.id

Submitted: 29 Maret 2023

Accepted : 15 April 2023

Published: 30 April 2023

Abstract

The objective of this research was to figure out the Role of Parents in Habituation of Clean and Healthy Living Behavior in Children of Group A at TK (Kindergarten) Kihadjar Dewantoro 1, Kota Timur Subdistrict, Gorontalo City. It employed a qualitative descriptive method with the data collection techniques were observation, interviews, and documentation. In the meantime, the data analysis technique in this research was an interactive model, according to Milles and Huberman. The research finding could be observed optimally based on four indicators on the role of parents, namely (1) the role of parents as educators where parents provide guidance of clean and healthy living behavior for children. (2) The role of parents as motivators in which parents motivate children to have a clean and healthy living behavior. (3) The role of parents as the role model where parents provide examples to children in terms of clean and healthy living behavior. (4) The role of parents as facilitators is where parents provide facilities and infrastructure to support healthy living for children.

Keywords: Role Of Parents, Clean and Healthy Living Behavior (Century Gothic 10, Bold)

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Peran Orang Tua Dalam Pembiasaan Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Kelompok A Di TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model interaktif milles dan huberman. Hasil penelitian dapat teramati dengan optimal berdasarkan 4 indikator pada peran orang tua yaitu (1) peran orang tua sebagai pendidik dimana orang tua memberikan arahan hidup bersih dan sehat pada anak. (2) Peran orang tua sebagai motivator yaitu bagaimana cara orang tua memotivasi anak agar mau berperilaku hidup bersih dan sehat. (3) Peran orang tua sebagai contoh dimana orang tua memberikan contoh kepada anak dalam hal berperilaku hidup bersih dan sehat. (4) Peran orang tua sebagai fasilitator dimana orang tua menyediakan sarana dan prasarana penunjang hidup sehat sebagai fasilitas untuk anak menunjang hidup sehat.

Keywords: Peran orang tua, PHBS

INTRODUCTION

Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik beratkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), sosio emosional (sikap dan perilaku serta agama) bahasa dan komunikasi, sesuai dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini.

Pendidikan anak usia dini memerlukan keseimbangan dalam pemenuhan asupan gizi. Anak yang pintar dan cerdas tidak lahir begitu saja, melainkan terbentuk melalui proses pengasuhan dan pendidikan yang di mulai sejak anak itu lahir hingga dewasa. Pola hidup sehat ditentukan oleh beberapa faktor yaitu faktor genetik, faktor gizi, dan faktor lingkungan. Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar yaitu sesuai dengan standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya, dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak seusianya (Anggraeni C dkk, 2021). Selain itu anak juga tampak ceria, berlari, melompat, memanjat, bermain, dan tidak berdiam diri saja. Zat gizi sangat diperlukan oleh anak karena sangat berperan pada kehidupan anak dan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak usia dini (Andriansyah Y dan N.R Desi, 2019).

Orang tua memiliki peranan dalam mendidik, panutan bagi anak, memberi nasihat, serta mengingatkan anak untuk selalu menjaga kebersihan diri (Rahayu & Setiasih, 2022). Orang tua perlu menekankan pentingnya menjaga perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak. Anak dibiasakan untuk selalu membersihkan badan. Perlakuan orang tua yang demikian dapat menjadikan anak selalu menjaga kebersihan diri. PHBS sangat penting karena tujuan penerapan PHBS adalah untuk menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan (Andewi K, 2019). Dengan membiasakan diri hidup bersih dan sehat akan terhindar dari berbagai virus, bakteri, jamur, dan parasit penyebab infeksi (Tabi'in, 2020). Gaya hidup sehat penting diterapkan sejak dini agar kualitas hidup anak lebih baik hingga dewasa nanti (Mardhiati Retno, 2020). Makanan dan minuman yang bergizi, akan memengaruhi tumbuh kembang anak. Dalam hal ini peran orang tua sangat diperlukan karena anak belum bisa memilih secara mandiri makanan dan aktivitas apa yang bisa berkontribusi baik pada kesehatannya.

METHODS

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis dan akurat, fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Penelitian ini dilaksanakan di TK Ki Hadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo. Penelitian ini berlangsung selama 1 bulan di TK Ki Hadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo Pada semester Genap tahun ajaran 2021. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan berbagai dokumen sesuai dengan masalah. Dalam hal ini yaitu peran orang tua dalam perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini.

RESULT AND DISCUSSION

Pada penelitian ini peneliti melakukan pengamatan dengan menggunakan 4 indikator yaitu : (1) Orang tua sebagai Pendidik; (2) Orang tua sebagai motivator; (3) Orang tua sebagai contoh; (4) orang tua sebagai fasilitator (Umar, 2015). Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat perlu dibiasakan sejak dini. Membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini terutama oleh orang tua (Ruli, 2020). Orang tua adalah orang yang paling dekat dengan anak. Orang tua memiliki peran untuk mengasuh dan membimbing anaknya dengan memberikan contoh yang baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Berikut penyajian data terkait bagaimana peran orang tua dalam menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat :

1) Orang Tua Sebagai pendidik

Sebagai orang tua anak TK Negeri Ki Hadjar Dewantoro 1, peran orang tua sebagai pengasuh adalah saat orang tua memberikan arahan hidup bersih dan sehat dan memberikan pemahaman arti pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Di sekolah TK Ki Hajar Dewantoro ditemukan beberapa faktor mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti kepada orang tua. Peneliti menemukan ada beberapa orang tua yang tidak terlalu paham dengan perilaku hidup bersih dan sehat. 70% dari siswa tidak pernah membawa bekal makanan dari rumah tetapi membeli makanan siap saji. Hal ini dikarenakan agar anak orang tua tidak ribet ketika menyiapkan bekal kesekolah. 30% orang tua membawa bekal dari rumah. 60%

orang tua berusaha memberikan makan sehat seperti sayuran dan buah. Menyediakan makanan sehat untuk anak sangat penting.

2) Orang tua sebagai Motivator

Cara Wali Anak TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 memotivasi ananda agar mau berperilaku hidup bersih dan sehat dengan memberikan semangat kepada anak-anak ketika malas, mengingatkan ananda ketika tidak konsisten dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, serta mengajak ananda ketika tidak mau berperilaku hidup sehat. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menemukan ada 10 orang tua siswa membiasakan anak untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, 9 orang tua siswa mengajarkan anak untuk sikat gigi sesudah makan dan 1 orang tua siswa tidak melakukannya. Hanya ada 4 orang tua siswa membiasakan anak untuk berolah raga dipagi hari dan 6 orang tua jarang melakukannya. 6 orang tua membiasakan anak untuk makan sayuran dan buah sedangkan 4 orang tua jarang melakukan dan 2 orang tua siswa rutin membiasakan anak memotong kuku dan 8 orang tua jarang melakukan. Ada 10 orang tua membiasakan anak untuk buang air besar dan kecil dikamar mandi dan 7 orang tua membiasakan anak untuk mandi dua kali sehari sisanya menjawab tidak.

3) Orang Tua sebagai Contoh

Wali Anak TK Negeri Ki Hadjar Dewantoro 1 memberikan contoh untuk mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan lingkungan, dan memakan makanan yang bergizi. Hal ini juga bukan hanya dilakukan oleh anak tetapi oleh orang tua sebagai bentuk keteladanan terhadap anak.

"Dalam menjaga kesehatan dan perilaku hidup bersih dan sehat memang harus rutin dilakukan. Setiap pulang dari luar rumah saya membiasakan keluarga termasuk saya sendiri untuk rutin mencuci tangan terlebih dahulu, kemudian membiasakan anak mencuci tangan makan sebelum dan setelah makan. Saya membiasakan anak rutin menyikat gigi setelah mandi dan sebelum tidur agar anak terbiasa dan makan sayur dan buah-buahan. Dalam membiasakan anak butuh sabar karena terkadang anak tidak konsisten atau menolak atau malas ketika kita menyuruh anak melakukan sesuatu." Begitulah penjelasan salah orang tua.

Butuh konsisten dan kesabaran ketika mengajak anak untuk membiasakan hidup sehat apalagi ketika anak menolak untuk melakukan sesuatu seperti mencuci tangan sebelum makan atau makan makanan sayuran.

4) Orang Tua Sebagai Fasilitator

Sebagai fasilitator Wali Anak kelas TK Negeri Ki Hadjar Dewantoro 1 telah memenuhi sarana penunjang seperti membuat tempat untuk mencuci tangan, menyediakan vitamin, menyediakan tempat sampah, memasak makanan yang bergizi, serta menyediakan tempat untuk Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB). Dibawah ini terdapat informasi tambahan mengenai usaha yang dilakukan oleh Tk Negeri Ki Hadjar Dewantoro 1 untuk menjaga anggota keluarga terutama anaknya untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Diantarnya memenuhi sarana penunjang perilaku hidup bersih dan sehat dan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat.

Setelah dilakukan wawancara peneliti menemukan ada 8 wali anak menyediakan tempat cuci tangan di rumah dan 2 wali anak tidak menyediakan. 10 wali anak menyediakan tempat buang air besar dan kecil. Sebanyak 9 orang wali anak menyediakan tempat sampah sedangkan hanya 1 orang tua tidak menyediakan tempat sampah. Sebanyak 7 orang tua rutin membersihkan kamar mandi sedangkan sisanya 3 orang tua anak tidak rutin membersihkan kamar mandi. Ada orang tua 6 wali anak rutin mengganti sikat gigi 3 bulan sekali sedangkan 4 orang tua tidak rutin melakukannya. 4 orang tua menyediakan makanan 4 sehat 5 sempurna sedangkan sisanya tidak. Hanya ada 2 orang tua siswa mengajak dan mengingatkan anak untuk berjemur sedangkan sebagian besar yaitu 8 orang tua jarang mengingatkan. Dan sebanyak 4 orang tua rutin memotong kuku sedangkan 6 orang tua tidak rutin memotong kuku. Dan 7 orang tua membimbing anaknya untuk mandi 2 kali sehari sedangkan 3 orang tua jarang melakukannya. Berdasarkan data yang diperoleh sebagian besar orang tua TK Ki Hajar Dewantoro kecamatan Kota Timur sudah berusaha menunjang sarana dan prasarana untuk menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa hasil wawancara orangtua serta temuan peneliti pada saat dilapangan anak-anak TK Negeri Ki Hadjar Dewantoro 1 sudah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan menunjang sarana atau fasilitas kebersihan dan membiasakan anak berperilaku

hidup bersih dan sehat diantaranya mencuci tangan saat akan makan atau setiap akan melakukan aktivitas, dan setelah bepergian menggunakan sabun dan dibasuh dengan air mengalir. Berjemur pada pagi hari dan berolahraga rutin di rumah, serta mengonsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna dan mengandung gizi yang seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

Dari hasil wawancara dengan kelima orang tua wali anak TK Ki Hadjar Dewantoro Kecamatan Kota Timur mengenai bagaimana usaha yang dilakukan oleh orang tua untuk memberikan sarana penunjang perilaku hidup bersih dan sehat. Peneliti menemukan diantaranya mengajarkan anak untuk mencuci tangan sebelum makan dan sesudah buang air kecil atau besar dengan menggunakan sabun, memberikan asupan makanan bergizi seperti buah dan sayuran, membersihkan lingkungan seperti menyikat kamar mandi dan mengepel rumah secara rutin, mandi dua kali sehari dan tidak membiarkan anak untuk jajan sembarangan. Hal ini perlu dilakukan sejak anak usia dini agar anak terhindar dari penyakit dan terbiasa hidup sehat. Masa Golden Age merupakan masa di mana tahap perkembangan otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyimpulkan peran orang tua dalam pembiasaan hidup bersih dan sehat pada TK Ki Hadjar Dewantoro kecamatan kota Timur yaitu Orang tua berperan sebagai pendidik, mengajarkan anak untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Orang tua sebagai motivator, memberikan dorongan atau motivasi dalam melakukan PHBS ketika anak malas atau lupa. Orang tua sebagai pemberi teladan atau sebagai contoh, anak adalah peniru yang ulung makan dalam melakukan PHBS dimulai dari orang tua agar anak dapat mencontoh perilaku hidup bersih dan sehat dan orang tua sebagai fasilitator yaitu menyediakan sarana dan prasarana penunjang hidup sehat.

Adapun saran yang diberikan oleh peneliti diantaranya: 1) Bagi Orang Tua. Diharapkan bagi orang tua anak dapat lebih sabar dalam membiasakan anak untuk berperilaku hidup sehat, tidak bosan mengingatkan dan mengedukasi anak tentang pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat; 2) Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan

dapan mengembangkan penelitian tentang perilaku hidup sehat sejak usia dini misalnya penelitian dalam bentuk kuantitatif. Dan semoga penelitian ini bermafaat dan bisa dijadikan sebagai acuan untuk peneliti selanjutnya

ACKNOWLEDMENT

Penulis berterimakasih kepada TK Ki Hadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo yang telah memberikan izin untuk dijadikan sebagai tempat penelitian.

REFERENCES

- Andewi K. (2019). *Budaya Hidup Sehat*. Mutia Aksara.
- Andriansyah Y dan N.R Desi. (2019). Penyuluhan dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam Mewujudkan Masyarakat Desa Peduli Sehat. *Jurnal Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1).
- Anggraeni C dkk. (2021). Metode Pembiasaan untuk Menanamkan Karakter Disiplin dan Tanggung Jawab di RA Darul Falah Tasikmalaya. *Agapedia*, 5(1).
- Mardhiati Retno. (2020). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini. *Ikraith Abdimas*, 2(3).
- Rahayu, A. K., & Setiasih, O. (2022). Strategi Orang Tua dalam Membiasakan PHBS Anak Usia Dini saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4118–4127. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2115>
- Ruli, E. (2020). Tugas Dan Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak. *Jurnal Edukasi Nonformal*, vol. 1 (No.1), hlm.145.
- Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(Phbs) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 58. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>
- Umar, M. (2015). Peranan Orang Tua Dalam Peningkatan Prestasi Belajar Anak. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 1 (1), 20. <https://doi.org/10.22373/je.v1i1.315>