

MENINGKATKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELALUI METODE PEMBIASAAN ANAK USIA 5-6 TAHUN

Anisa Solehati
1610271006

Dra Tri Endang Jatmikowati, M.Si. Angraeny Unedia Rachman, SH. M.Pd.
Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Jember

anisasolehati22@gmail.com

Solehati, Anisa.2020.*Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan sehat melalui Metode Pembiasaan anak usia 5-6 tahun*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember. Pembimbing (1) Dra. Tri Endang Jatmikowati, M.Si. dan Pembimbing (2) Angraeny Unedia Rachman, SH, M.Pd.

ABSTRAK

Kata kunci : perilaku hidup bersih dan sehat, pembiasaan.

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah perilaku seseorang yang dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan. Dalam Penelitian ini yang dimaksud adalah mencuci tangan dengan 6 langkah dan membuang sampah pada tempatnya. Melalui metode pembiasaan anak dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat secara terus menerus, konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Masalah penelitian yang ingin dipecahkan adalah bagaimanakah metode pembiasaan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 Tahun.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 Tahun. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan april 2020 pada anak usia 5-6 tahun.

Hipotesis tindakan bahwa metode pembiasaan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 Tahun.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian tindakan, pada anak usia 5-6 tahun yang berjumlah 16 anak, metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan dokumentasi. Data yang dikumpulkan berupa pengamatan dari video anak dan hasil dokumentasi kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan hasil observasi dapat diketahui bahwa metode pembiasaan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak secara klasikal dari 16 anak terdapat 14 anak yang meningkat perilaku hidup bersih dan sehat, dari perhitungan tersebut dapat diketahui peningkatan secara klasikal mencapai 87,5% yang berarti perilaku hidup bersih dan sehat anak telah mencapai kriteria kesuksesan. Hal ini dapat disimpulkan bahwa metode pembiasaan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun.

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan, maka saran yang diberikan oleh peneliti adalah: 1) Orangtua hendaknya memberikan contoh pada saat di rumah dengan cara praktek langsung dengan sarana yang memadai, 2) Diharapkan orang tua dapat menyediakan fasilitas yang memadai seperti menyediakan tempat sampah di rumah dan menyediakan sabun dan lap cuci tangan.

Solehati, Anisa. 2020. Improve clean and healthy life behavior through the method of habituation of children aged 5-6 years. Thesis. Early Childhood Teacher Education Study Program, Teacher Training and Education Faculty, Muhammadiyah University, Jember. Supervisor: (1) Dra Tri Endang Jatmikowati, M.Sc. (2) Angraeny Unedia Rachman, S.H, M.Pd

ABSTRACT

A clean and healthy life behavior is the behavior of someone who can help themselves in the field of health. In this research the question is to wash hands with 6 steps and dispose of garbage in place. Through the method of habituation of children can improve the behavior of a clean and healthy life continuously, consistent in daily life.

The research problem that wants to be solved is how habituation methods can improve the behavior of clean and healthy life of children aged 5-6 years.

The research aims to improve the behavior of clean and healthy life of children aged 5-6 years. The research was conducted in April 2020 in children aged 5-6 years.

The hypothesis of the action that habituation methods can improve the behavior of clean and healthy life of children aged 5-6 years.

The type of research conducted is research action, in children aged 5-6 years, amounting to 16 children, the method of collecting data used in this research is observation and documentation. Data collected in the form of observations from child videos and documentation results of a clean and healthy life conduct activity.

Based on the results of observation can be known that the method of habituation can improve the behavior of clean and healthy children in a classical dari 16 children there are 14 children who increased the behavior of clean and healthy life, from such calculations can be known a classical increase to 87.5% which means the behavior of living clean and healthy children have reached the criteria of success. It can be concluded that habituation methods can improve the behavior of clean and healthy life of children aged 5-6 years.

Based on the results of the discussion and conclusion, the advice given by the researcher is: 1) Parents should provide an example at home in the way of direct practice with adequate means, 2) It is hoped that parents can provide adequate facilities such as providing trash cans at home and providing soap and washers hands.

keywords: clean and healthy life behavior, habituation.

PENDAHULUAN

Menurut Mulyasa (2012:43) Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan sebagai peletak dasar dalam pengembangan pribadi anak meliputi kemampuan fisik, kognitif, bahasa, seni, social emosional, spiritual. Pendidikan pengarah dari orang sekitar sangat penting pada masa pertumbuhan anak. Anak yang mendapatkan pendidikan pengarah yang tepat sejak dini akan meningkatkan derajat kesejahteraan dalam masa yang akan datang. Anak usia dini juga berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat.

Keluarga merupakan lembaga pendidikan pertama bagi seseorang. Pendidikan dalam keluarga sangat berperan dalam mengembangkan watak, kepribadian dan karakter. Oleh karena itu, pendidikan karakter positif seperti pembiasaan hidup bersih perlu dibiasakan sejak dini. Sebagaimana menurut Lickona, keluarga sebagai pondasi dasar untuk pembentukan karakter anak di masa yang akan datang. Perilaku hidup bersih dan sehat bisa diterapkan oleh semua orang terutama ibu pada anak usia pra sekolah yang bertujuan untuk meningkatkan proses tumbuh kembang yang peduli akan kesehatan fisik dan lingkungan. Perilaku hidup bersih dan sehat yang bisa dilakukan anak pra sekolah seperti mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir menggunakan sabun sebelum makan, membuang sampah pada tempatnya, mengkonsumsi makanan sehat, makan buah dan sayur setiap hari Mubarak dalam Lukas, Utami dan Putri (2019:221).

Menurut Harrits dan Supandi dalam Lukas, Utami dan Putri (2019:221) ibu yang memiliki pengetahuan baik tentang perilaku hidup bersih dan sehat akan menerapkan hal hidup bersih dan sehat, sehingga mampu menjaga kesehatan anak secara

optimal yang bertujuan untuk mendukung proses tumbuh kembang anak. Ibu yang memiliki pengetahuan kurang tentang perilaku hidup bersih dan sehat akan membiarkan anak melakukan kebiasaan tidak bersih dan sehat seperti tidak mencuci tangan sebelum makan dan membuang sampah sembarangan sehingga menciptakan lingkungan yang kotor. Menurut Maryunani (2013:24) perilaku merupakan perbuatan atau tindakan seseorang yang dapat di amati, di gambarkan dan di cacat oleh orang yang melakukannya. Perilaku sehat adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan untuk memelihara dan mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit, serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat.

Berdasarkan tanya jawab dengan orangtua via whatsapp yang mana kondisi saat di rumah setelah membeli makanan dan bermain bersama teman masih banyak anak yang membuang sampah sembarangan, pada saat sebelum makan anak langsung makan tanpa mencuci tangan terlebih dahulu. Masih ada orang tua terutama ibu yang belum sadar terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri yakni kuku terlihat masih banyak kuku anak yang panjang dan kotor. Anak usia dini belajar dari apa yang mereka lihat dan dengar, melalui pengamatan orang sekitar guru atau orang tua mereka akan meniru kegiatan yang dilakukan dan memperoleh pengalaman tentang suatu kegiatan. Jika orang tua membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat ketika di rumah misalnya dengan membuang sampah pada tempatnya dan mencuci tangan dengan 6 langkah maka anak terbiasa dengan perilaku hidup bersih dan sehat tersebut. Pentingnya mengenalkan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini adalah perilaku hidup bersih dan sehat akan terus dipraktikkan dimasa yang akan datang dan menjadi suatu kebiasaan, membangun kesadaran sehat dan meningkatkan kesehatan diri pada anak.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 16 orang tua anak usia 5-6 tahun di Gambirano melalui whatsapp yang telah peneliti lakukan pengetahuan anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat belum optimal terlihat dari banyak anak yang membuang sampah sembarangan dan sarana di rumah belum mendukung seperti tersedianya sabun dan lap cuci tangan. Peneliti akan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan metode pembiasaan dengan media baru misalnya gambar yang ditempel di dinding, video cara cuci tangan 6 langkah. Serta praktek langsung mencuci tangan dengan sabun yang peneliti sediakan.

Menurut Fadlilah & Khorida (2014:166) metode pembiasaan adalah metode pembelajaran yang membiasakan suatu aktivitas kepada seorang anak. Pembiasaan artinya melakukan sesuatu secara berulang-ulang, apa yang dilakukan anak diulang secara terus menerus sampai ia paham dan tertanam dalam hatinya. Dalam hal ini penerapan metode pembiasaan dapat dilakukan dengan membiasakan untuk mengerjakan hal positif dalam kehidupan sehari-hari. Implementasi metode pembiasaan antara lain ; pembiasaan salam dan salim, pembiasaan shalat, pembiasaan membaca do'a-do'a harian, pembiasaan adab makan, pembiasaan tadarus, pembiasaan bersedekah, pembiasaan hidup bersih, disiplin belajar dirumah, pembiasaan jujur, pembiasaan menghargai waktu. Dengan pembiasaan yang diterapkan diatas meningkatnya keimanan dan keyakinan pada anak, anak terbiasa mengucapkan yang baik, melaksanakan perintah Allah, terbiasa melakukan kegiatan yang harus dilakukan dirumah dengan baik (Akbar, 2020, hal. 53-54). Salah satu upaya untuk meningkatkan hidup bersih dan sehat adalah dengan memberikan motivasi dorongan dengan metode pembiasaan. Metode pembiasaan ini dapat menjadi alternatif agar anak dapat mengingat dan terus

melaksanakan untuk masa yang akan mendatang. Apabila anak sudah melakukan pembiasaan akan melakukannya tanpa diingatkan atau dipaksa kembali.

Melalui metode pembiasaan anak dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat secara terus menerus, konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Pentingnya pembiasaan positif anak agar suatu pembiasaan tersebut akhirnya menjadi suatu kebiasaan untuk masa yang akan mendatang. Pembiasaan yang dilakukan secara terus menerus tanpa dipaksa akan meningkatkan kesehatan dan kesadaran anak akan pentingnya mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti mengangkat judul "Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat anak usia 5-6 Tahun melalui Metode Pembiasaan" dengan harapan agar anak dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan metode pembiasaan.

Penelitian perilaku hidup bersih dan sehat juga pernah dilakukan oleh Ana, Ali dan Yuniarni Pembiasaan hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di PAUD Melati Jaya Desa Jungkat Kecamatan Siantan (2016) yaitu program menjaga dan memelihara lingkungan kelas maupaun luar kelas , bentuk pembiasaan yang dilakukan guru di PAUD Melati Jaya Desa Juangkat dengan pembiasaan kelompok , dan metode yang digunakan guru dalam pembiasaan di PAUD Melati Jaya Desa Jungkat praktek langsung agar anak melatih dan menjaga pembiasaan hidup bersih dan sehat.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Tatenge (2013), perilaku hidup bersih dan sehat melalui metode demonstrasi di kelompok A TK Putra bangsa Berdikari Kecamatan Palolo menunjukkan bahwa sebelum tindakan diberikan perilaku hidup bersih dan sehat penerapannya masih kurang maksimal. Setelah dilakukan tindakan dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan

sehat anak kelompok A siklus pertama ke siklus ke dua rata-rata ketegori sangat baik dan baik 45% meningkat menjadi 83,25% terjadi peningkatan 38,25%.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan merupakan jenis Penelitian Tindakan (Action Research) dengan variabel terkait yaitu metode pembiasaan. Penelitian Tindakan (Action Research) memiliki ciri, prinsip, pedoman, prosedur yang harus memenuhi kriteria tertentu.

Semiawan (dalam Yaumi dan Damopolii, 2014:3) penelitian tindakan harus jelas membedakan perbedaan ciri tindakan dan penelitian, harus terlibat langsung bukan sebagai penonton saja. Menurut Coghlan and brannick (dalam Yaumi dan Damopolii, 2014:4) penelitian tindakan adalah suatu proses pengembangan pengetahuan untuk mencari tujuan yang bermanfaat. Menurut Koshy (dalam Yaumi dan Damopolii, 2014:4) penelitian tindakan untuk mencapai hasil dan menciptakan bentuk pemahaman baru, karena tindakan tanpa pengetahuan ialah buta dan teori tanpa tindakan tidak berarti.

Penelitian ini dilakukan dengan berkolaborasi, antara orang tua dan peneliti dengan bekerja sama dalam melaksanakan penelitian tindakan. Menurut model Kurt Lewin dalam Sanjaya (2013:54) proses penelitian tindakan yaitu ada empat tindakan yang harus dilakukan yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Tindakan tersebut dilakukan secara berulang-ulang dari tindakan I hingga tindakan mencapai kriteria kesuksesan yang ada.

Dalam penelitian ini penulis mengambil lokasi di Gambirone Bangsalsari. Subjek penelitian ini adalah anak usia 5-6 tahun yang bersekolah di TK Dewi Sartika Gambirone sejumlah 16 anak yang terdiri dari 6 anak laki-laki dan 10 anak perempuan.

Teknik Pengumpulan Data

Menurut Schmuck dalam Yaumi, Damopolii (2014:16) penelitian tindakan proaktif dengan pengumpulan dan analisis data dilakukan sebelum diberikan tindakan. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan penelitian ini melalui observasi dan dokumentasi.

Pedoman observasi berupa checklist dengan aspek yang diamati sebelum penelitian dilakukan dan pada saat penelitian dilakukan, peneliti menggunakan tanda bintang pada penelitian observasi untuk memudahkan dalam penelitian yang dilaksanakan di rumah anak usia 5-6 tahun. Berikut lembar observasi yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.1 Pedoman Observasi

Varia bel	Indikat or	Aspek yang diamati	Kriteria Penilaian
			★ ★ ★ ★ ★ ★
Perila ku hidup bersih dan sehat	Memb uang sampa h pada tempat nya	1. Anak mampu membu ang sampah pada tempat nya	
	Mencu ci tangan denga n 6 langka h	2. Anak mampu mencuc i tangan 6 langkah dengan tepat	

Hasil observasi dianalisis oleh peneliti. Refleksi dilakukan pada akhir tindakan setiap tindakan. Hasil analisis digunakan sebagai pedoman untuk merencanakan tindakan pada tindakan berikutnya.

Tindakan yang sudah berhasil dapat dilanjutkan pada tindakan berikutnya, sedangkan tindakan yang dinilai belum optimal diperbaiki sebagai pedoman untuk perencanaan kegiatan tindakan berikutnya. Tolak ukur berhasil atau tidaknya penelitian, peneliti menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Presentase tingkat kesuksesan

n : Jumlah anak yang mencapai target

N : Jumlah seluruh anak

Kriteria Kesuksesan

Kriteria kesuksesan dalam penelitian ini adalah jika setiap anak mendapat bintang 3 pada setiap indikator atau mencapai 87,5% dari jumlah seluruh anak yakni 16 anak. Apabila tindakan I belum mencapai kriteria kesuksesan maka akan dilanjutkan pada tindakan berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian Tindakan dilaksanakan di rumah masing-masing anak yang tercatat sebagai murid TK Dewi Sartika Gambirono kecamatan Bangsalsari, beralamatkan jalan kasiyan Rt 006 Rw 008. Pelaksanaan penelitian ini, dilakukan di rumah oleh anak didampingi oleh orang tua, peneliti dalam hal ini berkolaborasi dengan orang tua. Pelaksanaan penelitian tindakan I sesuai perencanaan tindakan yang sudah dibuat. Orang tua menyiapkan media gambar mencuci tangan 6 langkah dan membuang sampah pada tempatnya serta sebab akibatnya. Peneliti mengirimkan panduan dan media gambar terkait perilaku hidup bersih dan sehat sebelum penelitian tindakan yakni tanggal 30 maret 2020. Peneliti menanyakan kabar anak dan memberikan informasi terkait pengertian, manfaat dan sebab akibat

apabila tidak melakukan perilaku hidup bersih dan sehat melalui video call. Pada hari pertama dan kedua pengenalan kepada anak langkah demi langkah mencuci tangan dengan dicontohkan orang tua, hari ketiga anak melakukan sendiri dan hari keempat anak dinilai setiap indikatornya yakni mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya.

Pada hari pertama anak-anak masih mencoba menghafal langkah langkah mencuci tangan dengan orang tua menunjukkan gambar terkait perilaku hidup bersih dan dicontohkan. Pada hari pertama merupakan pengenalan terhadap langkah-langkah mencuci tangan dengan benar. Hari pertama berdasarkan video dan foto yang di kirimkan orang tua yang mana ananda Ra masih menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, membuang sampah sembarangan. Ananda Di masih dalam menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, membuang sampah harus ditunjukkan tempat sampah oleh orang tua. Ananda Nr bisa menghafal 5 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore, setelah makan makanan ringan dia membuang sampah pada tempat sampah yang disediakan. Ananda Ke masih menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, membuang sampah harus ditunjukkan tempat sampah. Za bisa menghafal 5 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore dan membuang sampah harus ditunjukkan oleh orang tua. Ananda Dy bisa menghafal 1-3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, serta membuang sampah sembarangan. Wu terlihat bisa menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang setelah makan permen membuangnya dilantai begitu saja.

Pada hari kedua anak-anak mencoba menghafal kembali langkah demi langkah mencuci tangan dengan orang tua menunjukkan gambar terkait

perilaku hidup bersih dan dicontohkan. Hari kedua berdasarkan video dan foto yang di kirimkan orang tua yang mana ananda Ra masih menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, membuang sampah sembarangan. Ananda Di masih dalam menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, membuang sampah harus ditunjukkan tempat sampah oleh orang tua. Ananda Nr bisa menghafal 5 langkah mencuci tangan dibantu orang tua sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore, setelah makan makanan ringan dia membuang sampah pada tempat sampah yang disediakan. Ananda Ke masih menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, membuang sampah harus ditunjukkan tempat sampah. Za bisa menghafal 5 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, dibantu orang tua dan membuang sampah harus ditunjukkan oleh orang tua. Ananda Dy bisa menghafal 1-3 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, mencuci tangan serta membuang sampah sembarangan. Wu terlihat bisa menghafal 3 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, setelah makan permen membuangnya dilantai begitu saja.

Hari ketiga berdasarkan video dan foto yang dikirimkan orang tua anak-anak masih mengikuti langkah demi langkah mencuci tangan melakukan sendiri namun bila anak-anak meminta bantuan orang tua membantunya. Pada hari ke 3 Ananda Ke sudah bisa menghafal tanpa dibantu orang tua dengan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sudah mulai membuang sampah pada tempat sampah. Ananda Re masih menghafal mencuci tangan 5 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, di bantu oleh orang tua, pada saat selesai membeli es krim dia membuang sampah namun orang tua masih menunjukan tempat sampah pada ananda Re. Ananda Ra bisa menghafal mencuci tangan 3 langkah sebelum dan sesudah makan

pagi, siang, sore tanpa di bantu orang tua, membuang sampah sembarangan. Ananda Di menghafal mencuci tangan 5 langkah sebelum dan sesudah makan pagi dan tanpa dibantu orang tua, pada saat membuang sampah makanan langsung di buang begitu saja. Ananda Nr dapat menghafal 5 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore dengan di bantu orang tua, ketika melihat sampah kertas nur ditunjukkan tempat sampah. Ananda Za suda mulai menghafal mencuci tangan 5 langkah sendiri ketika sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore, setelah meminum susu botol susunya masih dibuang sembarangan. Ananda Wu hanya bisa mencuci tangan 3 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, itupun dengan di bantu orang tua, serta membuang sampah sembarangan.

Keesokan harinya melalui video dan foto yang dikirimkan oleh orang tua melalui whatsapp Ananda Re masih membuang sampah sembarangan, saat sebelum dan sesudah makan pagi, siang, ananda Re hanya ingat 5 langkah mencuci tangan. Ananda Ra saat memegang mainan baru dan plastik dibuang sembarangan, saat menirukan gerakan mencuci tangan ananda Ra bisa 3 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang. Ananda Di sembarangan sampah plastik dari mainan yang dia beli, mencuci tangan Di bisa 3 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang. Nr terlihat membuang sampah pada tempatnya namun harus ditunjukkan tempat sampah, mencuci tangan Nr bisa 5 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang. Za masih membuang sampah sembarangan, mencuci tangan Za bisa 5 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, malam. Ananda Dy membuang sampah harus ditunjukkan tempat sampah, mencuci tangan bisa menirukan 1-3 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang. Wu terlihat membuang sampah sembarangan, mencuci tangan Wu bisa menirukan 3 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang.

Anak merasa senang dan bersemangat mengikuti langkah mencuci tangan karena selama ini mereka hanya mengetahui cara mencuci tangan dengan sekali basuh. Anak juga senang dengan adanya gambar berwarna langkah mencuci tangan ketika mereka lupa bisa melihat gambar langkah mencuci tangan 6 langkah tersebut. Setiap keluarga memiliki tempat sampah di rumah.

Hari pertama dan kedua tindakan I pada aspek membuang sampah pada tempatnya dan anak menirukan gerakan mencuci tangan dengan 6 langkah yang dicontohkan orang tua belum ada peningkatan. Peneliti melakukan pengamatan melalui video dan foto yang di kirimkan oleh orangtua. Hari pertama dan kedua belum ada peningkatan, hari ketiga dan keempat terdapat peningkatan yakni 1 anak dalam menirukan mencuci tangan 6 langkah dan membuang sampah pada tempatnya. Berdasarkan dari hasil penilaian anak pada tindakan I menunjukkan peningkatan dibandingkan pada tahap studi pendahuluan, hal tersebut disebabkan karena adanya motivasi dari orang tua.

Pada tindakan I perilaku hidup bersih dan sehat anak meningkat dari 43,75% menjadi 56,25% untuk anak yang tuntas. Pelaksanaan tindakan ini sudah mengalami peningkatan, namun masih belum mencapai kriteria kesuksesan yaitu 87,5%. Pada Tindakan I anak menirukan gerakan mencuci tangan 6 langkah dan menunjukkan gambar terkait perilaku hidup bersih dan sehat (membuang sampah pada tempatnya dan mencuci tangan 6 langkah). Peneliti melakukan pengamatan melalui video dan foto yang di kirimkan oleh orang tua. Hari ketiga dan keempat terdapat peningkatan yakni 2 anak dalam menirukan mencuci tangan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang dan membuang sampah pada tempatnya. Hasil penelitian terdapat kendala yang mana orang tua terlalu cepat untuk mencontohkan cara mencuci tangan dengan 6 langkah serta media kurang menarik untuk anak hanya dengan gambar terkait perilaku hidup

bersih dan sehat yang peneliti kirimkan kepada orang tua.

Dari temuan diatas bahwa anak mau melaksanakan mencuci tangan 6 langkah dan membuang sampah pada tempatnya, anak menirukan gerakan yang dicontohkan orang tua. Hal ini sependapat dengan Suryani, 2010:71 Untuk menjadikan anak usia dini mampu mencuci tangan dengan terampil melakukan 6 langkah mencuci tangan, maka harus dikenalkan dan dibiasakan dimulai sejak dini mungkin. Dalam penguasaan keterampilan, anak lebih mudah mempelajarinya dengan cara menirukan seperti apa yang di contohkan. Menurut Proverawati dan Rahmawati 2016:123 mengemukakan bahwa kebersihan lingkungan adalah kebersihan tempat tinggal, tempat bermain, sarana umum serta sekolah. Salah satunya dengan membuang sampah pada tempatnya, yang mana sampah merupakan penyebab tidak seimbangya lingkungan hidup, umumnya terdiri dari komposisi sisa makanan, daun-daun, plastik, kain bekas, karet. Bila dibuang dengan cara ditumpuk akan menimbulkan bau dan gas yang berbahaya bagi kesehatan kita. Apabila dibakar akan mengotori udara dan membuang sampah ke sungai akan menimbulkan banjir karna pembusukan sampah, oleh karena itu kita harus menjaga lingkungan sehat dengan membuang sampah pada tempatnya.

4.2 Tabel Hasil Tindakan I

Aspek	☆%	☆☆%	☆☆☆%	☆☆☆☆%
Aspek 1	5 31,25 %	2 12,5 %	9 56,25 %	
Aspek 2	5 31,25 %	2 12,5 %	9 56,25 %	

Pada tabel hasil tindakan I dapat diketahui hasil dari tindakan I, dari data yang diperoleh anak yang mendapat bintang tiga sebanyak 56,25% atau 9 anak dari jumlah keseluruhan anak yaitu 16 anak.

Pelaksanaan penelitian tindakan II sesuai perencanaan tindakan yang sudah dibuat. Peneliti menanyakan kabar anak dan memberikan informasi terkait pengertian, manfaat dan sebab akibat apabila tidak melakukan perilaku hidup bersih dan sehat melalui video call. Peneliti mengirimkan panduan, video cara mencuci tangan 6 langkah dan video sebab akibat bila tidak menjaga kebersihan sebelum penelitian tindakan yakni tanggal 04 april 2020. Pada hari pertama dan kedua pengenalan kepada anak langkah demi langkah mencuci tangan dengan dicontohkan orang tua, hari ketiga anak latihan sendiri dan hari keempat anak dinilai setiap indikatornya yakni mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya, dengan video cara mencuci tangan dan video video serta sebab akibat bila tidak menjaga kebersihan.

Hari ke pertama dilakukan dirumah dengan orang tua mendampingi anak pada proses penelitian tindakan. Pada hari pertama merupakan pengenalan terhadap langkah-langkah mencuci tangan dengan benar. Ananda Re terdapat peningkatan setelah melihat video cara mencuci tangan dengan benar, terdapat peningkatan dari awal tindakan I sudah bisa menghafal 5 langkah mencuci tangan sendiri dengan air, sabun, lap cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore, membuang sampah daun namun masih harus ditunjukkan tempat sampah. Ananda Ra membuang sampah kuenya di lantai, menghafal 3 langkah mencuci tangan dengan air, sabun, lap cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang. Ananda Di mampu menghafal 3 langkah mencuci tangan dengan air, sabun, lap cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, membuang sampah sembarangan. Ananda Za membuang sampah sembarangan, 5 menghafal langkah mencuci tangan dibantu orang tua dengan air, sabun, lap cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, malam. Ananda Dy bisa menghafal 3 langkah dengan air, sabun, lap cuci

tangan dan masih harus melihat video tayangan yang dikirimkan peneliti sebelum dan sesudah makan pagi, siang, ananda Di sudah terbiasa membuang sampah namun harus ditunjukkan tempat sampah. Ananda Wu bisa menghafal 3 langkah mencuci tangan dengan air, sabun, lap cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore, pada saat makan coklat bungkus coklatnya dibuang sembarangan.

Pada hari kedua berdasarkan video dan foto yang dikirimkan orang tua. Anak-anak masih mencoba menghafal langkah cuci tangan. Ananda Ra menghafal 5 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang dengan gerakan mencuci tangan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari, mengunci tangan kanan dan kiri serta menggosok ibu jari tangan kiri dengan gengaman tangan kanan dengan air, sabun, lap cuci tangan, membuang sampah masih harus ditunjukkan tempat sampah. Ananda Di dapat menghafal 5 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, malam dengan gerakan mencuci tangan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari, mengunci tangan kanan dan kiri serta menggosok ibu jari tangan kiri dengan gengaman tangan kanan dengan air, sabun, lap cuci tangan, membuang sampah masih harus ditunjukkan tempat sampah. Ananda Dy membuang sampah minuman yang dibeli sembarangan, ananda Dy dapat menghafal 3 langkah cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore dengan gerakan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari dengan air, sabun, lap cuci tangan.

Hari ke tiga berdasarkan video dan foto yang di kirimkan orang tua yang mana ananda Ananda Ra menghafal 5 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang dengan gerakan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-

sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari, mengunci tangan kanan dan kiri serta menggosok ibu jari tangan kiri dengan genggam tangan kanan dengan air, sabun, lap cuci tangan, membuang sampah masih harus ditunjukkan tempat sampah. Ananda Di dapat menghafal 5 langkah mencuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang dengan gerakan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari, mengunci tangan kanan dan kiri serta menggosok ibu jari tangan kiri dengan genggam tangan kanan dengan air, sabun, lap cuci tangan, membuang sampah masih harus ditunjukkan tempat sampah. Ananda Dy membuang sampah minuman yang dibeli sembarangan, ananda Dy dapat menghafal 3 langkah cuci tangan sebelum dan sesudah makan pagi, siang dengan gerakan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari dengan air, sabun, lap cuci tangan.

Pada hari keempat melalui video dan foto yang dikirimkan oleh orang tua melalui whatsapp Ananda Re sudah membuang sampah pada tempatnya, juga dapat melakukan mencuci tangan dengan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore dan setelah bermain. Ananda Di terbiasa mencuci tangan dengan 6 langkah sebelum makan pagi, siang, malam, pada saat setelah membeli permen membuang sampah pada tempat sampah yang ada. Ananda Ra terbiasa membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore. Ananda Za terbiasa mencuci tangan dengan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, malam dengan gerakan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari, mengunci tangan kanan dan kiri serta menggosok ibu jari tangan kiri dengan genggam tangan kanan dan menggosok berputar ibu jari tangan dengan genggam

tangan kanan, terbiasa membuang sampah pada tempatnya. Ananda Wu terbiasa mencuci tangan dengan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore dengan gerakan menggosok telapak tangan, menggosok punggung dan sela-sela jari, menggosok telapak tangan dan sela-sela jari, mengunci tangan kanan dan kiri serta menggosok ibu jari tangan kiri dengan genggam tangan kanan dan menggosok berputar ibu jari tangan dengan genggam tangan kanan, terbiasa membuang sampah pada tempatnya.

Pengamatan ini dilihat dari video dan foto hari pertama tindakan II pada aspek I membuang sampah pada tempatnya dan mencuci tangan dengan 6 langkah ada peningkatan dari tindakan I jumlah 9 anak yang mendapat bintang 3. Peran orang tua disini sangat penting agar anak selalu membiasakannya. Pada Tindakan II anak menirukan gerakan mencuci tangan 6 langkah orang tua dan anak menunjukkan video mencuci tangan 6 langkah dan menunjukkan video sebab akibat apabila tidak menjaga kebersihan. Anak mempraktikkan secara langsung mencuci tangan dengan air, sabun, dan lap cuci tangan. Pelaksanaan pengamatan hari kedua tindakan II pada aspek membuang sampah pada tempatnya dan menirukan gerakan mencuci tangan dengan 6 langkah terdapat peningkatan. Peneliti melakukan pengamatan melalui video dan foto yang di kirimkan oleh orangtua. Terdapat peningkatan yakni 5 anak dalam menirukan mencuci tangan 6 langkah dan membuang sampah pada tempatnya. dan sudah memenuhi kriteria kesuksesan sehingga penelitian ini dihentikan. Peneliti berkomunikasi kepada orang tua agar tetap membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat meskipun sesudah penelitian agar anak sehat terhindar penyakit, dan saat ini kita berada masa pandemi covid 19 keluar harus memakai masker sering mencuci tangan dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Dari hasil penelitian tindakan II bahwa perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun meningkat dari hasil penelitian tindakan I pertemuan kedua 9 anak atau 56,25% menjadi 14 anak atau 87,5% dengan jumlah total 16 anak. Pada Tindakan II anak menirukan gerakan mencuci tangan 6 langkah orang tua dan anak menunjukkan video mencuci tangan 6 langkah dan video sebab akibat bila tidak menjaga kebersihan. Anak mempraktikkan secara langsung mencuci tangan dengan air, sabun, dan lap cuci tangan. Pelaksanaan pengamatan hari kedua tindakan II pada aspek membuang sampah pada tempatnya dan menirukan gerakan mencuci tangan dengan 6 langkah terdapat peningkatan. Peneliti melakukan pengamatan melalui video dan foto yang di kirimkan oleh orangtua. Terdapat peningkatan yakni 5 anak dalam menirukan mencuci tangan 6 langkah sebelum dan sesudah makan pagi, siang, sore dan membuang sampah pada tempatnya. dan sudah memenuhi kriteria kesuksesan sehingga penelitian ini dihentikan. Peneliti berkomunikasi kepada orang tua agar tetap membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat meskipun sesudah penelitian agar anak sehat terhindar penyakit, dan saat ini kita berada masa pandemi covid 19 keluar harus memakai masker sering mencuci tangan dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Apabila membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini akan selalu melakukannya hingga masa yang akan mendatang.

Temuan pada tindakan II ini anak mempraktekkan mencuci tangan dengan air dan sabun. Hal ini sependapat dengan Maryunani (2013:58) Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di rumah tangga upaya anggota keluarga agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Menurut Langley (Mardhiati 2019:135) menyatakan bahwa mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir merupakan salah satu upaya untuk mencegah penularan infeksi dengan

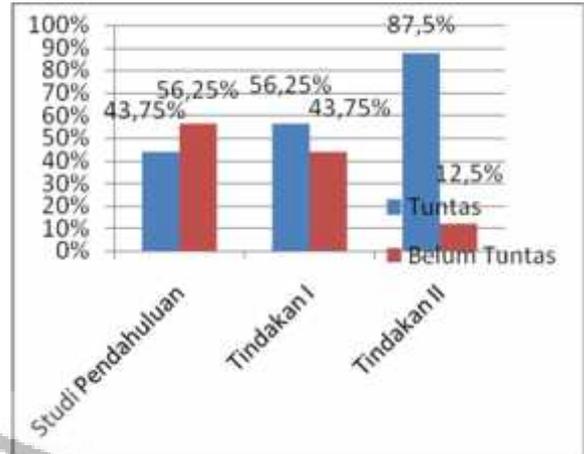
menghilangnya mikroba yang ada di tangan. Proverawati dan Rahmawati (2016:72) Cara mencuci tangan, kebiasaan mencuci tangan sebelum makan memakai air dan sabun memiliki peranan penting menghilangkan kotoran dan debu. Mencuci tangan dengan air dan sabun dapat membersihkan kotoran dan telur cacing yang menempel pada permukaan kulit, kuku, dan jari-jari pada kedua tangan. Mencuci tangan berguna untuk membunuh kuman penyakit yang ada ditangan. Waktu yang tepat untuk mencuci tangan setiap kali tangan kita kotor misalnya setelah memegang binatang, setelah berkebun, setelah buang air besar, sebelum makan, sebelum memegang makanan, setelah bersin, batuk, membuang ingus, dan setelah bermain. Cara mencuci tangan yang benar : mencuci tangan dengan air yang mengalir dengan menggunakan sabun dan lebih disarankan sabun yang berbentuk cairan. Bersihkan bagian pergelangan tangan, punggung tangan, sela-sela jari, dan kuku. Basuh tangan sampai bersih dengan air yang mengalir. Keringkan dengan handuk bersih. Gunakan tisu atau handuk sebagai penghalang ketika mematikan kran air (Rahmawati, 2016, hal. 73). Pendapat lain menurut Handayani, dkk (Rahayu dan Haryuni 2013:7) mencuci tangan dengan 6 langkah, sebagai berikut : Pertama Gosok tangan dengan posisi telapak tangan pada telapak tangan, langkah kedua telapak kanan di atas punggung tangan kiri dengan jari-jari saling menjalin dan sebaliknya, langkah ketiga telapak pada telapak dengan jari-jari saling menjalin, langkah keempat punggung jari-jari pada telapak tangan berlawanan dengan jari-jari saling mengunci, langkah kelima gosok memutar dengan ibu jari tangan kanan mengunci pada telapak kiri dan sebaliknya, langkah keenam gosok memutar, kearah belakang dan kearah depan dengan jari-jari tangan kanan pada telapak tangan kiri dan sebaliknya.

Seperti yang diungkapkan Menurut Lev Vygotsky (sujiono:117) anak membangun pengetahuan dari

lingkungan sosial terdapat 4 tahapan perkembangan dan pembelajaran yakni tindakan anak masih dibantu orang lain, tindakan anak didasarkan insiatif sendiri, tindakan anak berkembang spontan, tindakan akan dilakukan berulang-ulang.

4.4 Tabel Hasil Belajar Tindakan II

Aspek	☆	%	☆	%	☆	%
Aspek 1	1	6,25%	1	6,25%	1	87,5%
Aspek 2	1	6,25%	1	6,25%	1	87,5%



Analisa data yang dilakukan pada tindakan I dan tindakan II ini merupakan analisis terhadap data kemampuan anak perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara membandingkan pencapaian persentase keberhasilan individu yang diperoleh anak saat sebelum tindakan dengan dilakukan tindakan baik tindakan I dan tindakan II. Adapun rinciannya sebagai berikut :

Dari hasil kriteria kesuksesan sudah tercapai dari studi pendahuluan 7 anak yang tuntas belajar atau 43,75%. Pada tindakan I jumlah anak yang tuntas belajar mencapai 9 anak atau 56,25%. tindakan II mencapai 14 anak atau 87,5%. Hal ini dapat dilihat dari tabel 4.4 dimana terjadi peningkatan ketuntasan pada anak.

Tabel 4.5 Rekapitulasi Hasil Penelitian

Studi pendahuluan	Tindakan I	Tindakan II
43,75%	56,25%	87,5%

Grafik 4.6 Rekapitulasi Hasil Penelitian Perilaku hidup bersih dan sehat

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa dengan metode pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat akan dapat ditingkatkan. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil penelitian yang telah dilakukan yakni setelah anak membeli makanan anak membuang sampah pada tempatnya dan anak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan mencuci tangan dengan 6 langkah yakni pertama gosok tangan dengan posisi telapak tangan pada telapak tangan, langkah kedua telapak kanan di atas punggung tangan kiri dengan jari-jari saling menjalin dan sebaliknya, langkah ketiga telapak pada telapak dengan jari-jari saling menjalin, langkah keempat punggung jari-jari pada telapak tangan berlawanan dengan jari-jari saling mengunci, langkah kelima gosok memutar dengan ibu jari tangan kanan mengunci pada telapak kiri dan sebaliknya, langkah keenam gosok memutar, kearah belakang dan kearah depan dengan jari-jari tangan kanan pada telapak tangan kiri dan sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas ini peneliti dan guru berhasil meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat, maka peneliti memberikan saran sesuai dengan tujuan penelitian diatas yaitu :

a) Bagi Orang tua
 Agar kegiatan pembiasaan anak berhasil maka orangtua hendaknya memberikan contoh pada saat dirumah dengan cara praktek langsung dengan sarana yang memadai tidak hanya penjelasan saja untuk anak mau melakukan pembiasaan dengan sendirinya tanpa diingatkan oleh orangtua. Diharapkan orang tua dapat menyediakan fasilitas yang memadai seperti menyediakan tempat sampah dirumah dan menyediakan sabun dan lap cuci tangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuddin, Nata, *Filsafat Pendidikan Islam*, (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1999), hlm. 100.
- Akbar, Eliyyil.2020. *Metode Belajar Anak Usia Dini*. Jakarta : Prenada Media Grup
- Basyiruddin, Usman.2002. *Media Pendidikan*. Jakarta : Ciputat Press
- Choirun Nisak Aulina1, Yuli Astutik2/Aksiologiya; *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol.3, No.1, Februari 2019 Hal 50 – 58.
- Depkes RI. 2008. *Laporan Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta:Badan Litbang Kesehatan
- Depkes RI. 2008. *Pedoman Umum Pengelolaan Kegiatan Peningkatan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)*. Ditjen PPM & PL, Jakarta
- Djamarah, Syaiful Bahri.1991.*Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta Rineka Cipta
- Djaali.2013.*Psikologi Pendidikan*.Jakarta:Bumi Aksara.
- Gunawan, Heri.2014. *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi*. Bandung: ALFABETA, cv.
- Hanafi,dkk. 2019. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Jember : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jember
- 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*
- Lukas, Agustino , Utami, Ngesti W , Putri Ronasari Mahaji.2019. *Jurnal Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Perilaku Hdup Bersih dan sehat Anak Pra Sekolah di Tk Dharma Wanita Persatuan Tlogomas Malang*. Vol.4. No.1 2019 Hal 220-221
- Mathur P. 2011. Hand Hygiene: Back to the Basics of Infection Control. *Indian J Med Res.*; 134(5): 611–620.
- Maulandari, Siti.2018. *Meningkatkan Kedisiplinan Anak Melalui Metode Pembiasaan Pada Anak Kelompok B TK AL-HIKMAH Sumpersari*.Jember : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jember
- Mulyasa.2012. *Manajemen PAUD*. Bandung: Rosda Karya
- Nurjati, Syekh. 2016. *Metode Pembiasaan Terhadap Perilaku*

- Sosial*, diakses 3 Maret 2016
hal 12-13
- Notoatmodjo.2014.*Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Novitasari, Yesi, Filtri, Heleni, Suhami.2018. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin* Vol.2 No. , 2018
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.2011.*Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* .Jakarta : Kementrian kesehatan RI
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia 137. Lampiran I. *Standar Isi Tentang Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak*.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik 146. Lampiran III. *Indikator Pencapaian Perkembangan Anak*.
- Rahayu, Kun I.N.,Haryuni Sri.2013. *Jurnal Satuan Acara Penyuluhan 6 langkah Cuci Tangan*. diakses 12 April 2013 Hal 7
- Ramayulis.1994. *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Kalam MuliaSanjaya, Wina.2013. *Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Kencana Prada Media Group
- Sujiono, Yuliani Nuraini.2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks
- Susanto, Ahmad.2017. *Pendidikan Anak Usia Dini (konsep dan teori)*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Suryani.(2010). *Cuci Tangan Cara Mudah Cegah Penyakit*. Diakses pada tanggal 11 oktober 2016 Dari <http://www.infeksi.com/newsdetail.php?Ing=in&doc:1210>
- Syarbini, Amirulloh. 2014. *Model Pendidikan Karakter dalam Keluarga*. Jakarta :PT Elex Media Komputindo.
- Tatenge, Arlin.2013. *Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Metode Demonstrasi Di kelompok A TK Putra Bangsa Berdikari Kecamatan Palolo*,Vol 1, No 1 30 desember 2013. hal 1-3 (<http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/141758>)
- Ulva, Risa Alfiyah.2017. *Jurnal Aktualisasi Pendidikan Al Qur'an melalui kegiatan Habit - Forming pada Anak Usia Dini di TK Al-Kautsar Durisawo Ponorogo* Vol.3. No.1 2017 Hal 70
- Taniredja, Tukiran dkk. 2010. *Penelitian Tindakan kelas, untuk Pengembangan Profesi Guru Praktid, dan Mudah*. Bandung : Alfabeta
- Wulandari, Heni.2011. *Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini TK ABA TEGALSARI YOGYAKARTA*. Porgram Sarjana : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Yaumi, Muhammad., & Damopolii, Muljono.2016. *Action Research Teori Model Dan Aplikasi*. Jakarta : Kencana (<http://creasoft.wordpress.com/2008/07/29/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-referensi> kesehatan)