

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anak usia dini adalah anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan sifatnya unik tiap anak berbeda-beda, memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang khusus sesuai tingkat usia. Anak usia dini memiliki masa yang sangat penting dan berharga dibanding usia yang selanjutnya karena kecerdasan dan perkembangannya sangat cepat. Apa yang mereka pelajari pada masa itu akan diingat pada masa selanjutnya.

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 pengarahannya dari orang sekitar sangat penting pada masa pertumbuhan anak. Anak yang mendapatkan pendidikan pengarahannya 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 mendatang. 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 Widayatun dalam Lukas, Utami dan Putri (2019:221) Anak usia pra sekolah memiliki karakteristik tersendiri dalam segi pertumbuhan dan perkembangan sehingga perlu diterapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang bertujuan untuk mebiasakan hidup sehat dari usia dini sampai dewasa sehingga dapat menghindari berbagai penyakit seperti diare, penyakit kulit akibat tidak menjaga kebersihan makanan, kebersihan fisik dan lingkungan. Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak pra sekolah didukung oleh peran ibu dalam mendidik dan membiasakan anak berperilaku hidup sehat.

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.

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 mendatang 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 Gambirone 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.

Salah satu upaya untuk meningkatkan hidup bersih dan sehat adalah dengan memberikan motivasi dorongan dengan metode pembiasaan. Metode

pembiasaan ini dapat menjadi alternative 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.

## **1.2 Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas bagaimanakah metode pembiasaan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 Tahun?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 Tahun.

## **1.4 Definisi Operasional**

Dalam penelitian ini definisi operasional yang akan dipaparkan oleh peneliti yakni :

#### 1.4.1 Perilaku hidup bersih dan sehat

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan perilaku hidup bersih dan sehat adalah perilaku seseorang yang dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan. Perilaku hidup bersih dan sehat dalam penelitian ini terbatas pada indikator membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan dengan 6 langkah yang benar.

#### 1.4.2 Metode pembiasaan

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan metode pembiasaan adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang, berkesinambungan , konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini terbatas pada indikator kegiatan yang dilakukan anak secara berulang-ulang sehingga anak terbiasa melakukannya. Jika anak sudah terbiasa melakukannya dalam arti anak mengetahui dan mempraktikkan cara hidup bersih dan sehat, dengan metode pembiasaan anak akan terbiasa membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan dengan 6 langkah.

### 1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1.5.1 Bagi peneliti

Bagi peneliti sangat bermanfaat karena peneliti mengetahui bagaimana metode pembiasaan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia taman kanak-kanak (TK), serta menjadikan acuan untuk peneliti selanjutnya.

### 1.5.2 Bagi Orang tua

Dapat memberikan wawasan yang baru, motivasi dan stimulasi bagi anak yang positif untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat.

## 1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di rumah anak masing-masing daerah Gambirone kecamatan Bangsalsari anak usia 5-6 tahun yang berjumlah 16 anak yang terdiri dari 10 perempuan dan 6 laki-laki. Dari jumlah total 16 anak fokus pada 9 anak yang belum berkembang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan april 2020.

Dalam Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu perilaku hidup bersih dan sehat dengan indikator anak dapat membiasakan membuang sampah pada tempatnya dan anak dapat membiasakan mencuci tangan dengan 6 langkah, dan variabel metode pembiasaan dengan indikator kegiatan yang dilakukan anak secara berulang-ulang sehingga menjadikan anak terbiasa melakukannya.

