



Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-Molo Kecamatan Somolo-Molo Kabupaten Nias

Niat Desita Sari Lawolo¹, Rizki Ramadhani²

^{1,2}Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

Abstract. *This study aims to analyze clean and healthy living behavior (PHBS) in PAUD Somolo-molo Village. The type of research used is qualitative descriptive. This research was carried out at PAUD Somolo-molo Village which was carried out for 2 months from July to August 2024 to be precise. The subjects of this research include school principals and educators as well as early childhood students of Somolo-molo Village. The object of the research was clean and healthy living behavior (PHBS) in PAUD Somolo-molo Village. The instruments used in this study are observation sheets and observations, interviews and documentation. The data analysis techniques used are data reduction, data presentation and conclusion or verification. The results of the research carried out are Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in PAUD Somolo-molo Village, Somolo-molo District, Nias Regency has implemented part of PHBS, namely washing hands with soap with running water, at mealtime the teacher looks at the provisions brought by the children so that the results are obtained that there are still children who do not consume healthy food and prefer snacks and or other ready-to-eat drinks, urinate (BAK) and defecate (FEC) in the latrine, then dispose of garbage in its place that has been provided in the classroom and outside the classroom.*

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior, PAUD, Healthy Food.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo. Jenis penelitian yang digunakan ialah deskriptif kualitatif. Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Desa Somolo-molo yang dilaksanakan selama 2 bulan tepatnya pada bulan Juli sampai Agustus 2024. Subjek penelitian ini antara lain kepala sekolah dan tenaga pendidik serta peserta didik anak usia dini Desa Somolo-molo. Objek penelitian adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data dan Kesimpulan atau verifikasi. Hasil penelitian yang dilakukan adalah Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo Kecamatan Somolo-molo, Kabupaten Nias telah menerapkan sebagian PHBS yaitu mencuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir, pada saat makan guru melihat bekal yang dibawa oleh anak sehingga didapatkan hasil bahwa masih ada anak yang tidak mengonsumsi makanan sehat dan lebih memilih snack dan atau minuman siap saji lainnya, buang air kecil (BAK) dan buang air besar (BAB) di jamban, kemudian membuang sampah pada tempatnya yang sudah disediakan di dalam kelas maupun di luar kelas.

Kata kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, PAUD, Makanan Sehat.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini (PAUD) menjangkau anak-anak sejak lahir hingga usia enam tahun. PAUD memiliki peran krusial dalam pembentukan karakter anak serta persiapan mereka memasuki jenjang pendidikan selanjutnya (Fauziddin, 2016). Masa kanak-kanak dini sering disebut sebagai masa keemasan, yakni periode di mana fondasi perkembangan perilaku anak diletakkan. Pengalaman yang diperoleh anak pada tahap ini akan memberikan pengaruh yang sangat berarti terhadap kualitas hidup mereka di masa mendatang.

Pendidikan anak usia dini menurut UU Nomor 20 Tahun 2003 pasal 1 adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang

dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pendidikan yang ditunjukkan pada anak usia dini dimaksudkan untuk memaksimalkan aspek-aspek perkembangannya, menurut Permendikbud nomor 37 tahun 2014. Pengembangan nilai agama dan moral, kognitif, sosial emosional, bahasa, fisik motorik, dan seni adalah enam komponen tersebut, menurut Departemen Pendidikan Nasional (Kemendikbud, 2014).

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki peran yang sangat penting dalam mengoptimalkan potensi anak sejak usia dini dan membangun fondasi yang kokoh untuk keberhasilan pendidikan mereka di masa depan (Sudraja dkk., 2021). PAUD mencakup seluruh aspek pertumbuhan dan perkembangan anak, baik fisik maupun non-fisik, sejak lahir hingga usia enam tahun. Proses ini melibatkan pemberian stimulasi yang tepat untuk merangsang perkembangan jasmani, rohani, motorik, kognitif, emosional, dan sosial anak secara optimal.

Penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dapat dilakukan melalui tiga jalur, yaitu formal, nonformal, dan informal. Jalur formal diselenggarakan oleh lembaga-lembaga seperti Taman Kanak-kanak (TK) atau Raudatul Athfal (RA). Jalur nonformal diselenggarakan oleh masyarakat untuk memenuhi kebutuhan pendidikan anak yang tidak dapat dilayani oleh jalur formal. Sementara itu, jalur informal dilakukan dalam lingkup keluarga atau lingkungan terdekat dengan tujuan menanamkan nilai-nilai agama, budaya, moral, etika, serta mengembangkan kepribadian, estetika, pengetahuan, dan keterampilan anak (Yuliani Nurani, 2011).

Tujuan utama Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh, dengan penekanan pada pengembangan seluruh aspek kepribadian. Masa kanak-kanak dini merupakan periode kritis dalam pembentukan tidak hanya kecerdasan, tetapi juga aspek perkembangan lainnya (Utami, Rantina, dkk., 2021). Anak pada usia dini belajar secara aktif melalui pengamatan, peniruan, dan eksperimen, serta lebih terpengaruh oleh perilaku orang dewasa di sekitarnya daripada sekadar nasihat (Ariyanti, 2016). Oleh karena itu, pembiasaan kegiatan positif sejak dini, seperti mencuci tangan, menggosok gigi, dan membuang sampah pada tempatnya, sangat penting dalam pembentukan karakter anak yang baik.

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara sistematis di lingkungan sekolah bertujuan untuk membudayakan praktik hidup sehat di kalangan siswa dan tenaga pendidik. Tujuan utama PHBS adalah membekali individu dengan kemampuan untuk mengenali, mengatasi, memelihara, meningkatkan, dan melindungi kesehatan diri. Anhusadar

dan Islamiyah (2020) menekankan bahwa tercapainya kondisi sehat memerlukan upaya yang berkelanjutan. Studi yang dilakukan oleh Zukmadini dan tim pada tahun 2020 menunjukkan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan manifestasi dari proses pembelajaran yang menghasilkan tindakan kesehatan yang dilakukan secara sadar. Implementasi PHBS memungkinkan individu maupun kelompok untuk memiliki kemampuan mandiri dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungannya. Program PHBS bertujuan menciptakan lingkungan yang mendukung individu, keluarga, dan masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik hidup sehat (Gani dkk., 2015).

Hasil Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada anak balita di Indonesia mencapai 21,6%. Di Kabupaten Nias, prevalensi stunting pada tahun yang sama tercatat sebesar 25,3%. Namun, hasil pengukuran terbaru pada Agustus 2023 menunjukkan penurunan prevalensi stunting di Kabupaten Nias menjadi 14,5%. Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak serius pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, sehingga dapat menghambat pencapaian pendidikan. Penelitian sebelumnya (Uliyanti dkk., 2017) menunjukkan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat secara tidak langsung mempengaruhi prevalensi stunting melalui penurunan risiko infeksi penyakit.

Penyebab stunting dapat dikategorikan menjadi dua faktor utama. Pertama, faktor langsung yang meliputi konsumsi makanan yang tidak adekuat dan infeksi penyakit. Kedua, faktor tidak langsung yang mencakup ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga, pola asuh anak yang kurang tepat, serta kondisi sanitasi dan lingkungan yang buruk. Kondisi lingkungan yang tidak bersih berkontribusi signifikan terhadap peningkatan risiko infeksi, terutama penyakit diare, yang merupakan salah satu faktor risiko stunting. Pendekatan pencegahan dan penanggulangan stunting yang efektif harus mengintegrasikan upaya perbaikan gizi dengan intervensi berbasis komunitas untuk meningkatkan sanitasi dan kebersihan lingkungan. Hasil penelitian di Kabupaten Banggai dan Sigi mendukung hipotesis bahwa penerapan PHBS, khususnya praktik mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, berkorelasi positif dengan penurunan prevalensi stunting. Berdasarkan hasil pengukuran antropometri di Puskesmas Desa Somolomolo yang menunjukkan prevalensi stunting sebesar 8,7%, upaya pencegahan stunting melalui penerapan PHBS menjadi semakin penting. Beberapa langkah yang dapat dilakukan meliputi peningkatan akses terhadap air bersih, perbaikan fasilitas sanitasi, dan menjaga kebersihan lingkungan.

2. KAJIAN PUSTAKA

Pengertian Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)

Pendidikan anak usia dini dapat didefinisikan sebagai suatu proses pembelajaran terencana yang bertujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan optimal anak secara holistik, dengan mempertimbangkan aspek biologis, psikologis, dan sosial. Proses ini melibatkan pemberian stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak untuk mencapai potensi genetiknya, serta membekali mereka dengan keterampilan yang diperlukan untuk hidup mandiri dan produktif. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 137 Tahun 2014 menggarisbawahi pentingnya pendidikan anak usia dini dalam memaksimalkan potensi setiap anak. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) berfokus pada peletakan dasar yang kuat untuk pertumbuhan dan perkembangan anak secara holistik. Aspek-aspek yang dikembangkan dalam PAUD meliputi perkembangan fisik (motorik halus dan kasar), kognitif (berpikir, kreativitas, emosi, spiritual), sosial-emosional (sikap, perilaku, dan nilai-nilai agama), serta bahasa dan komunikasi. Penyelenggaraan program PAUD dirancang dengan mempertimbangkan keunikan dan tahapan perkembangan setiap anak. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa setiap anak mendapatkan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan dan potensi yang dimiliki.

Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini

Menurut UNESCO ECCE (Early Childhood Care and Education), tujuan PAUD dalam Suyadi dan Maulidya Ulfah (2013:20) adalah sebagai berikut:

- 1) Membangun fondasi awal untuk meningkatkan kemampuan anak dalam menyelesaikan pendidikan yang lebih tinggi.
- 2) Menurunkan angka mengulang kelas dan putus sekolah.
- 3) Menanamkan investasi sumber daya manusia yang menguntungkan bagi keluarga, bangsa, negara, dan agama.
- 4) Memutus rantai kemiskinan.
- 5) Berpartisipasi aktif dalam menjaga dan melindungi hak asasi setiap anak untuk memperoleh pendidikan yang dijamin oleh undang-undang.

Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Mengutip Syahreni (2011), perilaku dapat diartikan sebagai segala tindakan yang dilakukan oleh individu, baik yang tampak secara langsung maupun tidak. Kesehatan, sebagaimana didefinisikan dalam konteks yang lebih luas, merujuk pada kondisi optimal yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial, bukan hanya sekedar ketiadaan penyakit. Perilaku

sehat, dalam hal ini, dapat didefinisikan sebagai tindakan sadar yang dilakukan oleh individu untuk menjaga, meningkatkan, dan melindungi kesehatannya dari berbagai ancaman penyakit.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan kumpulan tindakan yang dilakukan secara sadar sebagai hasil dari proses pembelajaran. PHBS merupakan suatu upaya sistematis untuk memberdayakan individu dan keluarga dalam mengelola kesehatan diri, sehingga mampu berkontribusi aktif dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Hal ini sejalan dengan pandangan Surahma Asti Mulasari dkk. (2021) yang menyatakan bahwa PHBS bertujuan untuk membekali masyarakat dengan keterampilan yang diperlukan dalam menjaga kesehatan. Notoatmodjo (2010) mendefinisikan perilaku sebagai respons individu terhadap stimulus baik internal maupun eksternal. Perilaku juga dipengaruhi oleh karakteristik individu dan lingkungannya. Emilia (2008) berpendapat bahwa persepsi individu terhadap risiko merupakan faktor utama dalam perubahan perilaku. Semakin tinggi persepsi risiko, semakin besar kemungkinan seseorang untuk mengubah perilakunya. Tujuan utama PHBS adalah meningkatkan kualitas hidup melalui peningkatan kesadaran individu akan pentingnya perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Diharapkan program ini dapat meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan individu dan lingkungan, sehingga tercipta masyarakat yang sehat dan produktif.

Tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Peningkatan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lembaga pelayanan kesehatan merupakan langkah strategis dalam upaya pencegahan penyakit dan penciptaan lingkungan yang sehat. Oleh karena itu, seluruh pemangku kepentingan perlu berkomitmen untuk mendukung dan mewujudkan lembaga kesehatan yang menerapkan PHBS secara optimal. PHBS dapat didefinisikan sebagai serangkaian tindakan kesehatan yang dilakukan secara sadar oleh individu, keluarga, dan masyarakat sebagai upaya untuk memelihara kesehatan diri dan berperan aktif dalam berbagai kegiatan promotif dan preventif kesehatan.

3. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif deskriptif. Mengacu pada pendapat Walidin, Saifullah, dan Tabrani (2015), penelitian kualitatif merupakan suatu upaya sistematis untuk memahami secara mendalam fenomena sosial atau manusia. Pendekatan ini bertujuan untuk menghasilkan gambaran yang holistik dan kompleks mengenai fenomena yang diteliti, yang disajikan dalam bentuk naratif. Selain itu, penelitian kualitatif juga memberikan

penekanan pada perspektif subjek penelitian, dengan mengumpulkan data secara langsung dari informan di lingkungan yang natural.

Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di PAUD Desa Somolomolo, Kecamatan Somolomolo, Kabupaten Nias. Tempat ini dipilih sebagai lokasi penelitian karena di sinilah peneliti akan mengumpulkan data yang diperlukan untuk mencapai tujuan penelitian. Penelitian ini direncanakan akan berlangsung selama dua bulan, yaitu pada bulan April hingga Mei 2024.

Subjek dan Objek Penelitian

1) Subjek Penelitian

Menurut Moleong, istilah "informan" digunakan untuk merujuk pada individu yang menjadi sumber data primer dalam penelitian. Mereka berperan penting dalam memberikan informasi mengenai keadaan, situasi, dan kondisi yang menjadi fokus kajian, terutama dalam penelitian kualitatif. Adapun informan yang akan menjadi subjek dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut:

- a. Kepala sekolah dan Tenaga Pendidik/Guru PAUD di Desa Somolomolo
- b. Peserta didik Anak Usia Dini Desa Somolomolo (21 anak)

2) Objek Penelitian

Objek penelitian merujuk pada aspek atau variabel yang menjadi fokus kajian dalam suatu penelitian. Dengan kata lain, objek penelitian merupakan karakteristik atau kondisi yang ingin diidentifikasi, dijelaskan, atau dianalisis secara mendalam. Menurut Supriati (2012), Variabel yang menjadi fokus penelitian ini adalah perilaku hidup bersih dan sehat yang diimplementasikan dalam lingkungan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Desa Somolomolo.

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Hasil Penelitian

Bagian ini menyajikan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dilakukan di dua lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Desa Somolo-molo, yakni PAUD Faomasi dan PAUD Haga. Penelitian ini berlokasi di Desa Somolo-molo, Kecamatan Somolo-molo, Kabupaten Nias, Provinsi Sumatera Utara. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kedua PAUD tersebut. Subjek penelitian ini adalah para guru yang mengajar di PAUD

Faomasi dan PAUD Haga. Masing-masing PAUD memiliki satu kelas yang menjadi objek pengamatan, dengan jumlah guru sebanyak tiga orang di setiap kelas. Pengumpulan data dilakukan melalui lembar wawancara dan observasi yang telah disiapkan sebelumnya, dan berlangsung selama periode 29 Juni 2024 hingga 19 Agustus 2024

Dalam proses observasi yang dilaksanakan di PAUD Faomasi dan PAUD Haga di Desa Somolo-molo, peneliti terlebih dahulu melakukan perkenalan dengan kepala sekolah, guru, dan anak-anak untuk memastikan interaksi yang lancar dan kerjasama yang efektif selama penelitian. PAUD Faomasi memiliki 11 anak (5 laki-laki dan 6 perempuan), sedangkan PAUD Haga terdiri dari 10 anak (7 laki-laki dan 3 perempuan).

Temuan Penelitian

Pemberian pendidikan kesehatan sejak usia dini merupakan langkah yang krusial dalam membentuk kesadaran akan pentingnya berperilaku sehat. Dengan demikian, berbagai penyakit yang seringkali menyerang anak usia dini dapat dicegah secara efektif.

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini, khususnya dalam lingkungan sekolah, merupakan suatu upaya terstruktur untuk memberdayakan seluruh komponen sekolah, mulai dari peserta didik, pendidik, hingga masyarakat sekitar, agar secara aktif terlibat dalam memahami, menginginkan, dan melaksanakan praktik-praktik PHBS. Tujuan utamanya adalah menciptakan lingkungan belajar yang bersih, sehat, dan kondusif untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Indikator utama keberhasilan PHBS di sekolah mencakup kebiasaan mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman yang bersih serta bergizi, menggunakan jamban yang layak, serta membuang sampah pada tempatnya. Dengan konsistensi dalam menerapkan indikator-indikator tersebut, diharapkan dapat terwujud lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung tumbuh kembang optimal anak usia dini.

Sesuai dengan hasil wawancara dan observasi di lapangan yang telah melakukan penelitian dengan metode wawancara, observasi dan dokumentasi di PAUD Desa Somolo-molo, yakni PAUD Faomasi dan PAUD Haga diuraikan sebagai berikut:

1) PAUD Faomasi

a. Mencuci Tangan Pakai Sabun Dengan Air Yang Mengalir

Pada indikator ini terdiri 5 butir pertanyaan yang dilontarkan ke kepala sekolah dan guru-guru di PAUD Faomasi, setelah melakukan wawancara, observasi dan dokumentasi adapun yang menjadi kesimpulan pada indikator pertama ini yaitu, kegiatan mencuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir guru selalu

memberitahu, menjelaskan, mengajak, mendampingi ataupun mengajarkan anak untuk mencuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir. Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, setelah bermain, atau setelah kontak dengan benda kotor merupakan kebiasaan penting yang harus diajarkan kepada anak-anak. Kegiatan ini bertujuan untuk mencegah penyebaran kuman dan menjaga kebersihan tangan anak.

Dari hasil pengamatan dan pengumpulan data yang sudah dilaksanakan, yaitu mencuci tangan juga dilakukan sebelum dan sesudah makan, setelah bermain, ataupun setelah memegang benda yang bisa mengotori tangan anak. Kemudian anak-anak mencuci tangan sesuai tahapan yang dijelaskan oleh guru-guru nya. Misalnya dimulai mengoleskan/mengaplikasikan sabun di tangan, kemudian menggosok telapak tangan, termasuk punggung tangan, sela-sela jari dan membersihkan bawah kuku nya. Meskipun demikian, masih terdapat beberapa anak yang tidak sabar dan antri menunggu giliran untuk cuci tangan.



Gambar 1. Panduan Tertulis Mencuci Tangan

b. Minum Air dan Makan Makanan Sehat Serta Higienis

Pada indikator ini terdiri 7 butir pertanyaan yang dilontarkan ke kepala sekolah dan guru-guru di PAUD Faomasi, setelah melakukan wawancara, observasi dan dokumentasi adapun yang menjadi kesimpulan pada indikator kedua ini yaitu, guru secara rutin mengajak anak untuk minum air putih dalam jumlah yang cukup, hal ini dilakukan misalnya setelah anak makan, istirahat atau setelah beraktivitas. Kemudian guru juga tidak lupa menjelaskan dan memperkenalkan makanan sehat untuk peserta didik, dengan menjelaskan makanan sehat yang baik dan bergizi bagi tubuh anak. Di sekolah tersebut masih belum menerapkan yang namanya program pemberian makanan tambahan untuk anak usia dini, meskipun demikian guru-guru di sekolah tersebut selalu mengajak orangtua untuk membawakan bekal untuk anaknya dan menjelaskan cemilan/jajanan sehat yang baik bagi anak usia dini. Namun untuk berkegiatan kelas untuk mendapatkan sinar matahari pagi sendiri jarang dilaksanakan oleh guru karena situasi dan kondisi yang kurang mendukung.

Hasil pengamatan dan pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar anak membawa bekal makanan dari rumah yang terdiri dari nasi, lauk pauk seperti daging dan telur, serta makanan pendamping lainnya. Bekal makanan tersebut dikemas dalam wadah yang bersih dan tertutup rapat untuk menjaga kebersihan dan kesegarannya. Selain itu, anak-anak juga membawa minuman dalam botol minum yang dapat digunakan berulang kali. Akan tetapi, masih ada saja anak yang suka membawa makanan cepat saji, misalnya nugget, sosis, permen, coklat, keripik dan jajanan lainnya serta membawa minuman manis yang kemasannya sekali pakai.

c. Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) di Jamban

Pada indikator ini terdiri 4 butir pertanyaan yang dilontarkan ke kepala sekolah dan guru-guru di PAUD Faomasi, setelah melakukan wawancara, observasi dan dokumentasi adapun yang menjadi kesimpulan pada indikator ketiga ini yaitu, guru-guru di sekolah tersebut secara aktif mengingatkan, membantu/menuntun, mengajari anak dalam mencuci tangan setelah dari toilet, kemudian membantu anak untuk menggunakan kloset atau fasilitas yang terdapat di kamar mandi, tidak hanya itu guru-guru juga mengajari anak untuk membuka dan menutup kran air agar tidak terjadi pencemaran lingkungan dan pemborosan air serta mengajari anak untuk menyiram agar kamar mandi tetap bersih dan tidak menimbulkan bau tidak sedap.

Dari hasil pengamatan dan pengumpulan data yang sudah dilaksanakan, anak-anak mampu buang air besar dan air kecil di toilet, tetapi masih ada saja anak yang

kurang dan tidak tau cara menggunakan kloset sendiri jadi harus dengan bantuan guru, kemudian anak juga harus selalu diingatkan untuk menyiram kloset atau kamar mandi setelah digunakan, kalau tidak demikian bisa saja anak meninggalkan kamar mandi dalam keadaan tidak bersih.

d. Membuang Sampah Pada Tempatnya

Pada indikator ini terdiri 7 butir pertanyaan yang dilontarkan ke kepala sekolah dan guru-guru di PAUD Faomasi, setelah melakukan wawancara, observasi dan dokumentasi adapun yang menjadi kesimpulan pada indikator keempat ini yaitu, anak selalu berinisiatif membuang sampah di tempat yang sudah disediakan, dan guru-guru selalu mengajarkan, menjelaskan dan mengajak anak untuk membuang sampah pada tempatnya. Akan tetapi di sekolah tersebut masih belum lengkap sekali, hanya tersedia tempat sampah biasa. Selanjutnya, guru selalu mengajarkan dan mengarahkan anak untuk membersihkan halaman, membersihkan ruang kelas serta mengajak anak merapikan alat permainan setelah selesai digunakan.

Dari hasil pengamatan dan pengumpulan data yang sudah dilaksanakan, anak memang berinisiatif sendiri membuang sampah pada tempatnya, namun masih banyak anak-anak yang sembarangan membuang sampah, hal itu dapat membuat ruangan tidak bersih dan mengundang banyak serangga-serangga atau lalat. Kemudian, anak-anak merapikan alat permainan setelah digunakan, tetapi masih terdapat anak yang masih suka nunggu temannya atau saling suruh menyuruh untuk mengumpulkan ataupun merapikan kembali alat permainan yang telah digunakan. Jadi, mengumpulkan dan merapikan mainan harus menunggu arahan dari guru baru anak-anak melakukannya.

2) PAUD HAGA

a. Mencuci Tangan Pakai Sabun Dengan Air Yang Mengalir

Dalam indikator ini terdapat 5 pertanyaan dan 4 sub indikator yaitu mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, setelah BAB/BAK, setelah bermain dan memegang benda yang kotor. Guru-guru di PAUD Haga sudah menerapkan kegiatan mencuci tangan, yaitu dengan cara menjelaskan dan mengajarkan anak untuk mencuci tangan pakai sabun dan dengan air yang mengalir. Dari hasil pengamatan dan pengumpulan data yang sudah dilaksanakan, di PAUD Haga belum tersedia tempat khusus untuk mencuci tangan misalnya wastafel atau wadah yang bisa digunakan anak-anak untuk mencuci tangan dan ketersediaan sabun yang kurang diperhatikan, jadi anak-anak mencuci tangan di kamar mandi, yang di mana air yang ada di kamar mandi tersebut belum tentu bersih untuk digunakan. Selanjutnya, anak-anak di PAUD Haga

masih belum bisa mencuci tangan secara mandiri sehingga harus didampingi dan dituntun oleh guru. Karena fasilitas yang kurang memenuhi masih terdapat anak-anak yang malas dan tidak mau mencuci tangan.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan di PAUD Haga tidak ada bukti-bukti atau dokumentasi terkait mencuci tangan pakai sabun dengan air yang mengalir.

b. Minum Air dan Makan Makanan Sehat Serta Higienis

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan di PAUD Haga terkait indikator konsumsi air minum dan makanan sehat serta higienis, khususnya dalam hal penggunaan wadah makan yang bersih dan tertutup, konsumsi makanan kaya protein, serta menghindari konsumsi jajanan atau makanan cepat saji, ditemukan bahwa para guru secara konsisten mengingatkan anak-anak untuk membawa bekal makanan dan minuman dari rumah. Dalam sub indikator minum dan makan menggunakan wadah bersih dan tertutup ini jarang dilaksanakan oleh anak-anak, melainkan anak-anak di PAUD Haga lebih sering membawa jajanan atau makanan cepat saji seperti jajanan, gorengan ataupun snack yang dimana makanan tersebut sebenarnya kurang baik untuk dikonsumsi oleh anak.

c. Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) di Jamban

Dari indikator buang air kecil dan buang air besar di jamban dengan sub indikator membuang air kecil di wc dan membuang air besar di wc. Data yang diperoleh dari hasil wawancara dan pengamatan menemukan di PAUD Haga guru selalu bersedia membantu dan mengajarkan anak untuk menggunakan kloset dan fasilitas lainnya yang ada di kamar mandi, mulai dari menyiram kloset atau membersihkan wc setelah digunakan bahkan mengajari cara membuka dan menutup kran air. Data yang diperoleh dari hasil pengamatan anaka-anak buang air kecil dan air besar di wc lalu membersihkan dan menyiramnya, namun masih ada saja anak yang suka meninggalkan wc begitu saja tanpa menyiram atau membersihkannya setelah digunakan. Hal tersebut sesungguhnya bisa mengganggu kenyamanan lingkungan dan kenyamanan anak-anak yang selanjutnya masuk wc/kamar mandi.

d. Membuang Sampah Pada Tempatnya

Pembuangan sampah pada tempat yang telah disediakan merupakan salah satu indikator penting dalam penilaian penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Indikator ini mencakup pengamatan terhadap perilaku membuang sampah baik di dalam maupun di luar ruangan. Berdasarkan hasil wawancara dengan para guru di PAUD Haga, dapat disimpulkan bahwa peserta didik telah menunjukkan kebiasaan

yang baik dalam membuang sampah pada tempat yang telah disediakan. Guru-guru juga secara aktif memberikan pengajaran dan pengingatn terkait pentingnya membuang sampah pada tempat yang benar. Hasil pengamatan peneliti menunjukkan bahwa fasilitas tempat sampah yang tersedia di PAUD Haga masih terbatas. Tempat sampah yang ada umumnya merupakan keranjang sampah biasa yang tidak memiliki konstruksi yang kuat, kedap air, atau dilengkapi dengan tutup. Akibatnya, berbagai jenis sampah, baik organik maupun anorganik, dicampur dalam satu tempat sampah. Meskipun demikian, perilaku membuang sampah pada tempat yang telah disediakan oleh anak-anak patut diapresiasi.

Pembahasan

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan serangkaian tindakan yang secara sadar dilakukan sesuai dengan kaidah kesehatan. Tujuan utama PHBS adalah meningkatkan derajat kesehatan individu dan masyarakat melalui proses penyadaran yang berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan pendapat Anhusadar dan Islamiyah (2020) yang menekankan peran individu dalam menjaga PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Sesuai dengan penelitian Abidah dan Huda (2018), penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan upaya menyeluruh yang melibatkan seluruh komponen sekolah, termasuk pendidik, peserta didik, dan orang tua, dengan tujuan mencegah penyakit, menciptakan lingkungan sehat, serta meningkatkan kualitas kesehatan peserta didik.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki peran krusial dalam meningkatkan kualitas kesehatan generasi muda. Pendidikan kesehatan sejak usia dini terbukti efektif dalam menanamkan kebiasaan hidup sehat pada individu. Hal ini dikarenakan anak-anak pada tahap perkembangan ini memiliki daya ingat yang kuat, sehingga pesan-pesan tentang kesehatan yang disampaikan akan lebih mudah diingat dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan pendapat Krauss dan Barnett (2013) yang menyatakan bahwa kebiasaan hidup sehat dapat ditanamkan melalui program pendidikan yang terintegrasi antara kesehatan, gizi, dan olahraga pada anak usia dini.

Bab ini akan mempresentasikan hasil penelitian yang diperoleh dari wawancara dan observasi yang dilakukan untuk menganalisis penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo. Analisis ini difokuskan pada empat indikator utama, yaitu:

- a) Mencuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir: Dilakukan pengamatan terhadap frekuensi dan teknik mencuci tangan yang dilakukan oleh anak didik.
- b) Konsumsi air minum dan makanan sehat serta higienis: Dilakukan penilaian terhadap ketersediaan air bersih, jenis makanan yang dikonsumsi, serta kebersihan makanan dan wadah makanan.
- c) Penggunaan jamban: Diamati apakah anak didik menggunakan jamban yang layak dan membuang tinja pada tempatnya.
- d) Telah dilakukan observasi terhadap perilaku peserta didik dalam mendisposisikan sampah pada tempat yang telah ditentukan, baik di area dalam maupun luar ruangan.

1) Mencuci Tangan Pakai Sabun Dengan Air Yang Mengalir

Indikator pertama dalam analisis penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo adalah kebiasaan mencuci tangan. Penelitian ini mengamati apakah anak-anak mencuci tangan dengan benar, yaitu menggunakan sabun dan air mengalir. Mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu komponen penting dalam program PHBS dan dianjurkan dilakukan sebelum dan sesudah makan, setelah bermain, setelah kontak dengan benda kotor, serta setelah menggunakan toilet. Kemenkes (2011) menyarankan agar mencuci tangan dilakukan sebelum menyiapkan makanan, setiap kali tangan kotor, dan setelah buang air besar. Kegiatan mencuci tangan ini dianggap sebagai upaya sederhana namun efektif dalam mencegah penyebaran penyakit. Priyono (2015) lebih lanjut menjelaskan bahwa mencuci tangan bertujuan untuk membersihkan seluruh bagian tangan, termasuk sela-sela jari dan kuku, dari kotoran dan kuman penyebab penyakit. Berdasarkan hasil observasi, para guru di PAUD Desa Somolo-molo telah memberikan edukasi kepada anak-anak mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Namun, masih ditemukan beberapa anak yang belum sepenuhnya menerapkan kebiasaan ini dengan benar, seperti hanya membilas tangan dengan air tanpa menggunakan sabun.

Walaupun kebiasaan mencuci tangan hanya dengan air lebih sering dilakukan, penelitian menunjukkan bahwa cara ini kurang efektif dalam menjaga kebersihan dibandingkan dengan mencuci tangan menggunakan sabun. Proses mencuci tangan dengan sabun memang membutuhkan waktu yang lebih lama, tetapi lebih efisien dalam menghilangkan lemak dan kotoran yang menjadi tempat persembunyian berbagai jenis kuman penyebab penyakit.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2009 telah menetapkan langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun yang efektif sebagai berikut:

- a. Membasahi kedua tangan dengan air mengalir
- b. Memberi sabun secukupnya
- c. Menggosok kedua telapak tangan dan punggung tangan
- d. Menggosok sela-sela jari kedua tangan
- e. Menggosok kedua telapak tangan dengan jari-jari rapat
- f. Merapatkan jari-jari tangan sambil menggosoknya ke telapak tangan, tangan kiri ke kanan, dan sebaliknya
- g. Menggosok ibu jari secara berputar dalam genggam tangan kanan, dan sebaliknya
- h. Menggosokkan kuku jari kanan memutar ke telapak tangan kiri, dan sebaliknya
- i. Membasuh dengan air
- j. Mengeringkan tangan

Mencuci tangan dengan sabun secara benar merupakan tindakan sederhana namun efektif dalam mencegah penyebaran berbagai penyakit. Proses ini tidak hanya membersihkan kotoran dan debu secara mekanis dari permukaan kulit, tetapi juga secara signifikan mengurangi jumlah mikroorganisme patogen seperti bakteri, virus, dan parasit yang dapat menyebabkan infeksi. Penelitian yang dilakukan oleh Desiyanto dan Djannah (2022) mendukung temuan ini, di mana mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun terbukti lebih efektif dalam menghilangkan kotoran, termasuk telur cacing, yang menempel pada kulit, kuku, dan sela-sela jari.

Dari pemaparan di atas dapat dijelaskan bahwa mencuci tangan anak usia dini di PAUD Desa Somolomolo belum sepenuhnya dilakukan oleh anak. Masih terdapat anak yang kesulitan dan tidak sabar menunggu giliran dalam mencuci tangan sesuai arahan guru, sehingga mencuci tangan dilakukan secara asal-asalan dan tidak melalui tahap-tahapan yang ada.

2) Minum Air dan Makan Makanan Sehat Serta Higienis

Indikator kedua dalam analisis perilaku hidup bersih dan sehat di PAUD Desa Somolo-molo adalah konsumsi makanan dan minuman yang sehat dan higienis. Konsumsi makanan dan minuman merupakan aspek penting dalam menunjang kesehatan dan pertumbuhan anak usia dini. Pola makan sehat yang ideal mencakup konsumsi makanan pokok, lauk pauk, buah-buahan, dan sayuran secara seimbang. Untuk mendukung pola makan sehat, anak-anak diwajibkan membawa bekal dari rumah yang memenuhi syarat gizi dan menghindari makanan olahan yang mengandung bahan tambahan makanan seperti penyedap rasa, pemanis buatan, pengawet, pengental, dan pewarna.

Perilaku makan pada dasarnya merupakan manifestasi dari kebiasaan makan yang telah terbentuk. Pemilihan makanan jajanan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi pengetahuan, terutama pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi. Pengetahuan gizi mencakup kemampuan dalam memilih makanan yang kaya akan nutrisi serta kemampuan membedakan makanan jajanan yang sehat. Dalam penelitiannya, Harlistyarintica dan Fauziah (2020) menegaskan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan sehat dan bergizi sejak usia dini memiliki peran yang sangat krusial dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, baik dari segi kognitif maupun fisik. Kebiasaan makan sehat yang terbentuk sejak dini juga akan berdampak positif pada kesehatan anak dalam jangka panjang. Oleh karena itu, peran orang tua dan pendidik dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak usia dini sangatlah penting. Pemberian makanan yang bergizi dan seimbang perlu menjadi prioritas utama untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Hasil dari wawancara dan pengamatan disaat melakukan observasi yaitu guru-guru di PAUD Faomasi dan PAUD Haga secara aktif menjelaskan dan mengajak anak untuk minum dan membawa bekal dari rumah dengan tujuan agar anak tidak jajan sembarangan di luar. Hasil observasi terhadap anak yaitu masih terdapat anak yang suka membawa makanan cepat saji misalnya, jajanan manis, nungget, sosis goreng, minuman yang manis, coklat, permen dan lain sebagainya. Kemudian anak yang lain membawa makanan/bekal dari rumah menggunakan tempat atau wadah nasi, dan membawa minum menggunakan botol minum yang dicuci bersih dan tertutup rapat. Anzman-Frasca dkk. (2018) berpendapat bahwa dalam lingkungan modern saat ini, ketersediaan makanan lezat seperti makanan siap saji mendorong terbentuknya kebiasaan makan yang tidak sehat. Hal ini sejalan dengan kecenderungan alami manusia untuk menyukai rasa manis dan menghindari rasa asam serta pahit, yang seringkali menyebabkan anak-anak menjadi selektif dalam memilih makanan. Temuan ini didukung oleh penelitian Bandini dkk. (2017) yang menunjukkan bahwa selektivitas makanan pada anak usia dini merupakan masalah yang cukup serius, karena dapat menyebabkan kekurangan nutrisi.

3) Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) di Jamban

Indikator ketiga dalam analisis penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo adalah kebiasaan menggunakan jamban dalam buang air kecil (BAK) dan buang air besar (BAB). Penggunaan jamban yang bersih memiliki peran penting dalam menjaga kebersihan lingkungan sekitar anak usia dini. Mendidik anak sejak dini untuk selalu menggunakan jamban yang bersih dan sehat akan menumbuhkan

kebiasaan yang baik dalam membuang air kecil dan air besar pada tempat yang sesuai, bukan sembarangan tempat. Dengan demikian, lingkungan sekolah dapat terjaga kebersihan, kesehatan, dan bebas dari bau tidak sedap. Selain itu, praktik ini juga mencegah pencemaran sumber air di sekitar sekolah serta meminimalisir risiko penularan penyakit melalui perantara serangga.

Jamban sehat memiliki beberapa karakteristik penting:

- a. Mencegah kontaminasi badan air
- b. Mencegah kontak langsung antara manusia dan tinja
- c. Tidak memungkinkan tinja dihinggapi serangga atau binatang lain
- d. Tidak menimbulkan bau
- e. Memiliki konstruksi dudukan yang baik, aman bagi pengguna, dan mudah dibersihkan

Kebiasaan yang salah dalam mengontrol BAB dan BAK dapat menimbulkan dampak negatif pada perkembangan anak di masa depan, antara lain: Kurangnya disiplin, sifat manja yang berlebihan, masalah psikologis, di mana anak mungkin merasa berbeda dari teman-temannya, ketidakmampuan untuk secara mandiri mengontrol BAB dan BAK.

Oleh karena itu, penting untuk menanamkan kebiasaan yang baik dalam penggunaan jamban sejak usia dini. Hal ini tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan fisik anak dan lingkungan, tetapi juga mendukung perkembangan psikologis dan kemandirian mereka di masa depan. Praktik buang air besar dan kecil sembarangan merupakan salah satu perilaku yang tidak higienis dan membahayakan kesehatan. Buang air besar sembarangan didefinisikan sebagai tindakan membuang tinja di tempat terbuka seperti ladang, hutan, atau sungai tanpa pengolahan yang memadai. Tindakan ini mengakibatkan pencemaran lingkungan yang serius, termasuk tanah, air, dan udara, serta kontaminasi pada makanan. Selain itu, praktik ini juga memicu berkembangbiakan serangga seperti lalat, yang dapat menjadi vektor penyebaran penyakit.

Hasil dari wawancara dan pengamatan disaat melakukan observasi di PAUD Faomasi dan PAUD Haga, guru selalu menjelaskan dan mengajari anak-anak menggunakan kloset dan fasilitas yang terdapat di dalam toilet dan tidak lupa mengarahkan anak untuk menyiram dan membersihkan toilet setelah digunakan. Berdasarkan hasil observasi di PAUD Desa Somolo-molo, anak-anak mampu buang air besar dan buang air kecil tetapi masih dalam pengawasan guru, kemudian anak mampu menyiram kloset dan membersihkan toilet setelah digunakan. Melatih anak untuk mengontrol buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK) merupakan keterampilan penting yang harus diajarkan sejak dini. Tujuannya adalah agar anak terbiasa menggunakan tempat yang telah

ditentukan untuk BAB dan BAK, serta mencapai kemandirian pada usia yang sesuai. Praktik BAB atau BAK yang tidak tepat dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, antara lain: penurunan derajat kesehatan, gangguan aspek sosial, pencemaran lingkungan. Secara individu, kebiasaan buang air besar dan buang air kecil sembarangan dapat menjadi pemicu timbulnya dan meningkatnya berbagai penyakit. Tinja manusia mengandung sejumlah besar mikroorganisme patogen, seperti bakteri koli-tinja, yang dapat menyebabkan penyakit seperti tifus, diare, kecacingan, kolera, hepatitis A, dan polio. Selain berdampak buruk pada kesehatan individu, praktik ini juga dapat mencemari lingkungan melalui pencemaran air, tanah, udara, dan makanan. Oleh karena itu, penting untuk membiasakan diri dan mengajarkan anak-anak sejak dini untuk selalu menggunakan jamban atau toilet.

Salah satu upaya untuk membekali anak dengan kemandirian dan kebiasaan menjaga kebersihan diri adalah melalui penerapan toilet training. Toilet training merupakan proses pembelajaran yang bertujuan melatih anak untuk mengontrol fungsi buang air besar dan kecil secara mandiri. Dengan demikian, anak dapat menggunakan toilet secara tepat dan higienis. Pelaksanaan toilet training sejak dini sangat penting untuk mendukung perkembangan anak usia dini. Proses ini mengajarkan anak tentang pentingnya kebersihan dan menjadi langkah awal menuju kemandirian. Dalam kegiatan toilet training, guru berperan aktif dalam membimbing anak, mulai dari membantu anak melepas pakaian, menunjukkan posisi yang benar saat buang air, hingga mengajarkan pentingnya mencuci tangan setelah buang air.

4) Membuang Sampah Pada Tempatnya

Indikator keempat dalam analisis perilaku hidup bersih dan sehat di PAUD Desa Somolo-molo adalah pengelolaan sampah. Sampah dapat didefinisikan sebagai sisa-sisa material yang tidak lagi memiliki nilai guna dan dibuang oleh manusia. Keberadaan sampah dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di lingkungan sekolah, seringkali menjadi masalah yang perlu diperhatikan. Kebiasaan membuang sampah sembarangan merupakan perilaku yang tidak bertanggung jawab dan dapat menimbulkan dampak negatif yang signifikan terhadap lingkungan. Sampah yang tidak dikelola dengan baik akan cepat membusuk dan terurai, sehingga menimbulkan bau tidak sedap, mencemari lingkungan,

Perilaku membuang sampah memiliki kaitan erat dengan kebersihan lingkungan, baik di PAUD maupun di rumah anak usia dini. Lingkungan yang bersih akan menciptakan rasa nyaman bagi anak-anak untuk beraktivitas dan bermain. Ketersediaan fasilitas, dalam

hal ini tempat sampah, merupakan sarana penting yang disediakan untuk kepentingan umum. Tempat sampah berfungsi sebagai wadah sementara untuk membuang sampah. Tempat sampah, yang umumnya terbuat dari logam atau plastik, dapat ditempatkan baik di dalam maupun di luar ruangan. Adanya fasilitas fisik seperti tempat sampah memiliki korelasi yang erat dengan perilaku individu, termasuk peserta didik. Hubungan antara ketersediaan fasilitas dan perilaku dapat bersifat positif maupun negatif. Artinya, keberadaan tempat sampah yang cukup dan mudah diakses dapat mendorong peserta didik untuk membuang sampah pada tempatnya. Dalam upaya mengenalkan konsep pengelolaan sampah kepada anak usia dini, penggunaan bahasa yang sederhana dan penjelasan yang mudah dipahami sangatlah penting. Salah satu cara efektif adalah dengan membagi sampah menjadi dua kategori sederhana: sampah basah dan sampah kering.

- a. Sampah basah: Termasuk dalam kategori ini adalah dedaunan dan sisa makanan.
- b. Sampah kering: Meliputi bungkus makanan, botol minuman, dan sejenisnya.

Dengan pendekatan ini, anak-anak dapat lebih mudah memahami konsep pemilahan sampah dan mulai mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pengenalan ini juga dapat menjadi dasar bagi pemahaman yang lebih kompleks tentang pengelolaan sampah di masa depan.

Hasil dari wawancara dan pengamatan disaat melakukan observasi di PAUD Faomasi dan PAUD Haga, guru-guru di sekolah tersebut selalu menjelaskan dan mengajarkan anak untuk membuang sampah pada tempat yang sudah disediakan, namun di sekolah tersebut hanya tersedia satu tempat saja sehingga anak-anak pun membuang sampah dan menyatukannya disatu tempat sampah saja. Observasi di PAUD menunjukkan adanya inkonsistensi dalam perilaku membuang sampah pada peserta didik. Meskipun sebagian besar anak sudah mengikuti arahan guru, namun masih ada yang cenderung membuang sampah sembarangan. Hasil ini menunjukkan pentingnya upaya berkelanjutan untuk menanamkan kebiasaan membuang sampah pada tempatnya dan memilah sampah sejak usia dini.

Mengenalkan konsep pengelompokan sampah kepada anak usia dini melalui praktik langsung membuang sampah sesuai jenisnya merupakan langkah awal yang efektif dalam menumbuhkan kesadaran akan pentingnya menjaga lingkungan. Meskipun tampak sederhana, membangun kebiasaan ini memerlukan kesabaran dan bimbingan yang konsisten dari orang tua dan pendidik. Untuk mengatasi tantangan tersebut, diperlukan pendekatan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah penerapan konsep 3R (Reduce, Reuse, Recycle). Konsep ini

bertujuan untuk menanamkan pemahaman kepada anak bahwa sampah atau barang bekas masih memiliki nilai guna dan dapat dimanfaatkan kembali, baik untuk kepentingan pribadi maupun untuk kepentingan orang lain. Peserta didik juga diberikan edukasi tentang konsep 3R tersebut:

- a. *Reduce* (Pengurangan): Merupakan sikap sehari-hari yang bertujuan mengurangi produksi sampah.
- b. *Reuse* (Penggunaan Kembali): Menggunakan kembali barang bekas tanpa memrosesnya terlebih dahulu.
- c. *Recycle* (Mendaur Ulang): Mengolah sampah menjadi bahan lain yang lebih bermanfaat.

Dengan menerapkan konsep ini, diharapkan anak-anak dapat memahami pentingnya pengelolaan sampah dan peran mereka dalam menjaga lingkungan sejak usia dini

Tempat pembuangan sampah merupakan wadah yang dapat terbuat dari berbagai bahan seperti seng, plastik, semen, atau kayu. Fungsinya adalah untuk menampung sampah sementara sebelum diangkut ke tempat pembuangan akhir. Pengambilan sampah yang diambil secara teratur untuk dibuang ke pembuangan sampah hal tersebut dapat menjadi salah satu usaha terjaminnya kebersihan sekolah, masyarakat pemukiman dari masalah sampah menurut (Anggraini & Susanto, 2019). Dalam hal ini, anak perlu diarahkan untuk selalu membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, edukasi mengenai klasifikasi sampah, khususnya perbedaan antara sampah organik dan anorganik, juga perlu diberikan. Sampah organik merupakan sisa-sisa makhluk hidup yang dapat terurai secara alami. Jenis sampah ini dapat dikelola dengan metode yang ramah lingkungan. Beberapa contoh sampah organik antara lain sisa makanan, daun-daunan, dan kayu. Sementara itu, sampah anorganik merupakan hasil buangan dari kegiatan manusia yang membutuhkan waktu lama untuk terurai. Contoh sampah anorganik adalah plastik dan kaca. Jenis sampah ini perlu penanganan khusus karena sifatnya yang sulit terurai secara alami.

5. SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo, Kecamatan Somolo-molo, Kabupaten Nias telah menerapkan sebagian PHBS diwujudkan melalui berbagai praktik, salah satunya adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir. Kegiatan mencuci tangan ini dilakukan secara rutin, yakni sebelum dan

sesudah makan, setelah bermain, setelah bersentuhan dengan benda kotor, setelah beraktivitas, serta setelah buang air besar atau kecil di jamban. Tujuan utama dari kebiasaan ini adalah untuk menjaga kebersihan diri dan mencegah terjadinya kontaminasi oleh bakteri atau kuman penyebab penyakit.

Selain didorong untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kebiasaan buang air besar dan kecil di jamban serta membuang sampah pada tempatnya, peserta didik juga didorong untuk mengonsumsi makanan dan minuman yang bergizi dan higienis. Pengawasan terhadap bekal makanan yang dibawa oleh peserta didik dilakukan secara rutin oleh guru. Hasil pemantauan menunjukkan bahwa meskipun terdapat peningkatan kesadaran akan pentingnya gizi, masih terdapat sebagian peserta didik yang belum sepenuhnya menerapkan pola makan sehat dan cenderung memilih makanan ringan atau minuman instan. Upaya ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang bersih, rapi, dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan peserta didik secara optimal.

Pengajaran PHBS yang diterima oleh anak-anak dinilai baik. Mereka mampu melaksanakan apa yang diperintahkan oleh guru dan dapat menerapkannya di lingkungan sekitar. Hal ini tentunya memerlukan kerja sama antara orang tua dan guru di sekolah. Penerapan PHBS ini memudahkan guru dalam melakukan proses pembelajaran dan sangat membantu para orang tua untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak-anak dalam kehidupan sehari-hari.

Saran

Berdasarkan analisis terhadap data yang diperoleh dari penelitian ini, berikut beberapa saran yang dapat dijadikan masukan untuk meningkatkan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-molo, Kecamatan Somolo-molo, Kabupaten Nias.

- 1) Kepada Kepala Sekolah PAUD Faomasi dan PAUD Haga: Diharapkan untuk melengkapi seluruh fasilitas yang mendukung proses pembelajaran terkait PHBS. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan semangat belajar peserta didik.
- 2) Kepada Guru Kelas PAUD Desa Somolo-molo: Hendaknya lebih meningkatkan motivasi dan pemantauan terhadap anak-anak agar mereka dapat menerapkan PHBS setiap hari.
- 3) Kepada Seluruh Orang Tua Peserta Didik di PAUD Desa Somolo-molo:
 - a) Diharapkan untuk lebih memperhatikan kebutuhan dan perkembangan anak.
 - b) Penerapan PHBS sebaiknya tidak hanya dilakukan di sekolah, tetapi juga di rumah.

- c) Orang tua diharapkan dapat meningkatkan perhatian terhadap PHBS anak di rumah. Hal ini dapat dilakukan dengan menyediakan tempat sampah dan fasilitas cuci tangan, seperti sabun dan air mengalir, untuk meningkatkan kebersihan dan kesehatan diri serta lingkungan anak.

REFERENSI

- Anggraini, S. A., & Yusnadi, Y. (2023). Analisis pelaksanaan program pencegahan stunting di posyandu wilayah kerja Puskesmas Sukaramai Kecamatan Medan Area. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 7(1), 49-61.
- Anhusadar, L. O., & Islamiyah. (2021). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini di tengah pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 463-475.
- Ariyanti, T. (2016). Pentingnya pendidikan anak usia dini bagi tumbuh kembang anak. *Dinamika Pendidikan Dasar*, 50-58.
- Fauziddin, M., & Mufarizuddin. (2018). Useful of clap hand games for optimize cognitive aspects in early childhood education. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 162-169.
- Gani, H. A., Istiaji, E., & Pratiwi, P. E. (2016). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga masyarakat using. *Jurnal IKESMA*, 11(1), 25-35. <https://www.neliti.com/publications/31847/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-dalam-rumah-tanggapbs-pada-masyarakat-desa-gunu>
- Mulasari, S. A., Si, S., Saptadi, J. D., Hut, S., Sofiana, L., KM, S., & Hidayat, M. S. Perilaku hidup bersih dan sehat.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi kesehatan: Teori dan aplikasi*. Rineka Cipta.
- Suyadi, & Ulfah. (2013). *Konsep dasar PAUD*. PT. Remaja Rosda Karya.
- Syahreni, E. (2011). *Mengembangkan perilaku sehat pada anak usia 2-4 tahun*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Nonformal dan Informal Kementerian Pendidikan Nasional.