

## MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI MASA COVID 19 MELALUI METODE DEMONSTRASI PADA KELOMPOK B DI TK NEGERI 01 WANASABA TAHUN AJARAN 2021/2022

Khairul Huda<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Pendidikan Mandalika

Email. [khairulhuda@ikipmataram.ac.id](mailto:khairulhuda@ikipmataram.ac.id)

**Abstrak:** Masalah dalam penelitian adalah bagaimana meningkatkan pengetahuan dan pemahaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui metode demonstrasi, sedangkan tujuan penelitian adalah Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui metode demonstrasi di kelompok B TK Negeri 01 Wanasaba kecamatan wanasaba kabupaten Lombok. Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas, subjek penelitian adalah kelompok B yang berusia 5-6 Tahun yang berjumlah 15 orang yang terdiri dari 6 orang laki-laki 9 orang perempuan. Teknik pengumpulan data yaitu observasi dan Dokumentasi. Teknik Analisis data yang digunakan analisis data deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian Tindakan kelas yang dilakukan pada saat pra Tindakan perilaku hidup bersih dan sehat melalui metode demonstrasi, Pada kondisi awal sebelum tindakan sebesar 30% pada siklus I meningkat menjadi 60% dan pada siklus II menjadi 90%. Penelitian dihentikan sampai siklus II karena sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditentukan yaitu minimal 80% dari keseluruhan anak perilaku hidup bersih dan sehatnya berada pada kriteria berkembang baik sesuai harapan.

**Kata kunci:** Perilaku hidup bersih dan sehat, metode demonstrasi

**Abstract:** The problem in this research is how to increase knowledge and understanding of clean and healthy living behavior through the demonstration method, while the research objective is to increase knowledge and understanding of clean and healthy living behavior through demonstration methods in group B TK Negeri 01 Wanasab, East Lombok. This study uses research class action, the research subjects were group B aged 5-6 years, totaling 15 people consisting of 6 boys and 9 girls. The data collection techniques were observation and documentation. The data analysis technique used was descriptive qualitative and quantitative descriptive analysis. . The results of the study of classroom action carried out during pre-action clean and healthy living behavior through the demonstration method, in the initial conditions before the action of 30% in the first cycle increased to 60% and in the second cycle to 90%. The study was stopped until the second cycle because it had met the predetermined success criteria, namely at least 80% of all children's clean and healthy living behavior was in the criteria of developing well as expected.

**Keywords:** Clean and healthy living behavior, demonstration method

### PENDAHULUAN.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau biasa juga disebut sebagai PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Hidup bersih dan sehat sendiri merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari konsentrasi dalam bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari.

PHBS adalah upaya memberikan pengalaman belajar bagi perorangan, keluarga, kelompok, dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan edukasi guna meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan advokasi, bina suasana (social support), dan gerakan masyarakat (empowerment) sehingga dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan masyarakat. Aplikasi paradigma hidup sehat dapat dilihat

dalam program Perilaku Hidup Bersih Sehat (Depkes RI, 2006). Anak-anak TK Negeri 01 Wanasaba khususnya di kelompok B masih banyak yang belum mampu menerapkan PHBS seperti : belum mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya, buang air kecil tidak di WC, meludah disembarang tempat dan tidak menggunakan sabun cuci tangan.

Masyarakat sering menganggap pelaksanaan perilaku bersih dan sehat merupakan hal yang tidak begitu penting sehingga sering dalam pelaksanaannya tidak dilakukan secara benar. Peran orang tua sangat penting dalam mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anaknya, bukan sampai tahap itu saja tapi juga sebagai pembimbing, memberikan pengertian, mengingatkan, dan menyediakan fasilitas kepada anak. Namun pengetahuan dan pemahaman yang kurang di masyarakat menyebabkan kurangnya juga pengetahuan dan pemahaman anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat (Setiawan, 2014).

Masuknya wabah Virus Corona di Indonesia membawa dampak besar terhadap kehidupan masyarakat, mulai dari kehidupan ekonomi, Kesehatan, social, keagamaan maupun di dunia Pendidikan. Dampak dari wabah ini dalam dunia Pendidikan bisa dilihat pada kebijakan pemerintah pusat hingga daerah yang mengeluarkan kebijakan untuk meliburkan seluruh Lembaga dari tingkat pendidikan anak usia dini (PAUD) sampai perguruan tinggi. hal ini dilakukan untuk upaya mencegah meluasnya penularan virus. Kondisi aktifitas Pendidikan yang diliburkan ini, membuat proses pembelajaran yang dilakukan di rumah dan di ambil alih oleh orangtua. Orang tua dituntut untuk mampu mengganti peran guru di sekolah, sehingga membuat orang tua harus kreatif dalam mengajarkan anak-anak. Terlebih lagi bila anak masih dalam jenjang PAUD orang tua membutuhkan kreativitas sehingga anak bisa bermain sambil belajar di rumah. Dalam kegiatan bermain sambil belajar merupakan kegiatan yang baik untuk anak. Menurut Hurlock (1993), bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan tanpa pertimbangan hasil akhir. Melalui kegiatan bermain anak akan memiliki berbagai manfaat bagi perkembangan, aspek ini saling menunjang satu sama lain dan tidak dapat dipisahkan.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Dan Pemahaman Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Metode Demonstrasi

## **METODE PENELITIAN**

Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan penelitian Tindakan kelas ( PTK) yaitu penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan uji coba ( eksperimen ) terhadap metode pembelajaran tertentu untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Penelitian ini dilakukan karena adanya permasalahan dalam proses kegiatan kegiatan belajar mengajar di di kelas B TK Negeri 01 Wanasaba, sehingga peneliti menganggap perlu adanya suatu penelitian guna mengatasi permasalahan tersebut. Selain itu penelitian ini juga dilakukan supaya guru mampu memperbaiki metode yang digunakan sehingga anak-anakan mencapai pengetahuana yang riil. Penelitian Tindakan kelas ( PTK) adalah bentuk penelitian yang reflektif yang dilakukan oleh guru itu sendiri, yang hasilnya dapat dimanfaatkan sebagai alat untuk mengembangkan sekolah, pengembangan keahlian, penerapan pembiasaan dan sebagainya (Sugiyono 2009 : 29).

Penelitian tindakan kelas ( PTK) ini menggunakan model kolaborasi yang megutamakan antara guru dengan peneliti untuk memperbaiki praktik -praktik

pembelajaran sehingga menjadi lebih efektif. penelitian ini dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui metode Demonstrasi.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dihasil dari hasil Tindakan yang telah dilakukan dari pra Tindakan sampai Tindakan siklus II Anak peningkatan pada perilaku hidup bersih dan sehat anak kelompok B TK Negeri 01 Wanasaba kecamatan wanasaba sangat baik melalui kegiatan pembiasaan. Untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat anak kelompok B TK Negeri 01 Wanasaba kecamatan wanasaba peneliti mengadakan Pra Tindakan dengan ketuntasan 4 orang atau 30% , pada Siklus I menjadi 10 orang atau 60% dan pada Siklus II menjadi 14 atau 90%. Dari hasil observasi perilaku hidup bersih dan sehat mulai dari pra tindakan sampai siklus II sebagai berikut :

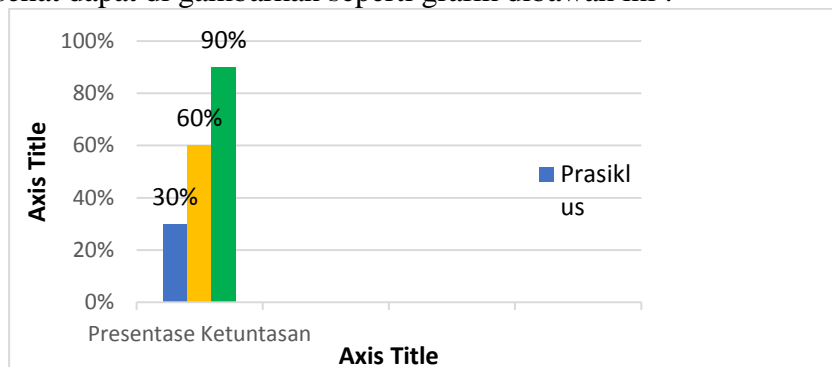
Tabel IV.4. Data hasil observasi perilaku hidup bersih dan sehat anak melalui metode demonstrasi serta pembiasaan mulai dari pra Tindakan sampai dengan siklus II.

Aspek	Pra siklus/Kondisi awal	Siklus I	Siklus II
	% Ketuntasan	% Ketuntasan	% Ketuntasan
Perilaku hidup bersih dan sehat	30%	60%	90%

Data Tabel 1 Persentase Pra siklus-siklus 1-siklus II

Dari Tabel 1. tersebut presentase ketuntasan perilaku hidup bersih dan sehat anak mengalami peningkatan yaitu pada kondisi prasiklus perilaku anak mencapai ketuntasan sebesar 30%, pada siklus I meningkat menjadi 60%, dan pada siklus II menjadi 90%. Hasil penelitian tersebut telah memberikan gambaran bahwa perilaku anak mengalami perkembangan yang sangat cepat pada usia 5-6 Tahun pada kelompok B.

Perilaku hidup bersih dan sehat anak memang seharusnya sudah mencapai tahap atau indikator, anak mampu memberikan hasil yang baik. dengan secara jelas bahwa hasil penelitian ini jika melihat hasil dari setiap siklus, maka peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat dapat di gambarkan seperti grafik dibawah ini :



Grafik.1 hasil peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat anak melalui kegiatan pembiasaan perilaku dari prasiklus sampai dengan siklus II

Dari gambar grafik IV. 4. Tersebut sangat jelas bahwa grafik anak yang berkembang sangat baik dari kondisi pra Tindakan meningkat terus sampai dengan

siklus II, karena pada siklus II anak sudah mencapai kemampuan ketuntasan 90% dan sudah melebihi target yang di harapkan yaitu 75% ,maka peneliti dapat memberikan pernyataan bahwa melalui metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman perilaku hidup bersih dan sehat pada kelompok B TK Negeri 01 Wanasaba Mamben Daya Kecamatan Wanasaba Kabupaten Lombok Timur .

Berdasarkan pembahasan diatas, Perilaku hidup bersih dan sehat memiliki arti. menurut Depkes perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Metode demonstrai dapat meningkatkan pemahaman anak melalui penglihatan dan pendengaran. Anak diminta untuk memperhatikan dan mendengarkan baik-baik semua keterangan guru sehingga ia lebih paham tentang cara mengerjakan sesuatu. Dengan demikian selanjutnya anak dapat meniru bagaimana caranya melakukan hal tersebut seperti yang dicontohkan oleh guru. Menurut Menurut Moeslichatoen tujuan dan manfaat metode demontasi, yaitu: tujuan Metode Demonstrasi bagi Anak TK Sesuai dengan manfaat penggunaan metode demonstrasi bagi anak TK yang telah dikemukakan, demonstrasi merupakan salah satu wahana untuk memberikan pengalaman belajar agar anak dapat menguasai materi pelajaran dengan lebih baik. Melalui kegiatan demonstrasi anak dibimbing untuk menggunakan mata dan telinganya secara terpadu, sehingga hasil pengamatan kedua indera itu dapat menambah penguasaan materi pelajaran yang diberikan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat anak pada kelompok B TK Negeri 01 Wanasaba Dapat ditingkatkan melalui metode demonstrasi. Di mana, Anak diminta untuk memperhatikan dan mendengarkan baik-baik semua keterangan guru sehingga ia lebih paham tentang cara mengerjakan sesuatu. Dengan demikian selanjutnya anak dapat meniru bagaimana caranya melakukan hal tersebut seperti yang dicontohkan oleh guru. Bukan hanya di contohkan guru juga selalu mengarahkan, membimbing dan membiasakan anak untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Peningkatan Perilaku hidup bersih dan sehat melalui metode demonstrasi pada kelompok B TK Negeri 01 Wanasaba, dapat dilihat dari jumlah presentasinya dengan kriteria berkembang baik sesuai harapan. Pada kondisi awal sebelum tindakan sebesar 30% pada siklus I meningkat menjadi 60% dan pada siklus II menjadi 90%. Penelitian dihentikan sampai siklus II karena sudah memenuhi criteria keberhasilan yang telah ditentukan yaitu minimal 90% dari keseluruhan anak perilaku hidup bersih dan sehatnya berada pada kriteria berkembang baik sesuai harapan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Albar, *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Petugas Puskesmas*, Medan: Dinas Kesehatan Propinsi Sumatera Utara, 2003.
- Arikunto, S., Suhardjono, dan Supardi, "*Penelitian Tindakan Kelas*". Jakarta: Bumi Aksara. 2011 hal-16
- Armai Arif, *Pengantar ilmu Metodologi Pendidikan Islam*, ( Jakarta : Ciputat Pers, 2002), hlm. 40
- Departemen Kesehatan, Republik Indonesia, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* (2006, 2007, 2008, 2012)
- Kemendiknas, Peraturan Menteri Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009 Tentang Standar Anak Usia Dini, (Yogyakarta: Bina Insane Mulia 2010). 0
- Moeslichatoen R, *Metode Pengajaran di taman kanak-kanak*, ( Jakarta Rineka Cipta : 2004), hlm. 123-124
- Muri Yusuf. 2005. *Dasar-dasar dan Teknik Evaluasi Pendidikan*. Padang : UNP
- Pedoman Penilaian Sikap, Pengetahuan dan Keterampilan Kurikulum 2013
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009 Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini. ( 2009). Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Permendikbud 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini.
- Proverawati, Atikah. 2012. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sudjana, *metode dan Teknik pembelajaran partisipatif*, ( Bandung : Falah Production. 2001). hlm. 154-155
- Sugiyono. (2004). *Dasar-dasar Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_ (2010). *Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Aditya Media
- \_\_\_\_\_ (2009). *Metode Penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto, et. al., *Penelitian Tindakan Kelas*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), h. 24
- Setyosari, Punaji. 2013. *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Zainal Aqil. (2006). *Penelitian Tindakan kelas*. Bandung: Yama Widya.
- Zuhairini, dkk. *Metode khusus pembelajaran Agama*, hlm. 298