

Peran Orang Tua dalam Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat pada Anak

Nurul Aini MM Shodiq¹, Balgis Nur Fadhillah Mokodongan², Yenti Juniarti³, Sri Wahyuningsi Laiya⁴

Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo
venti@ung.ac.id*

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima (28 Desember)
(2022)
Di revisi (6 Januari) (2023)
Di setujui (16 Januari) (2023)

Keywords:

*Peran Orang Tua; PHBS;
Anak Usia Dini*

Abstract

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

Abstrak

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

Pendahuluan

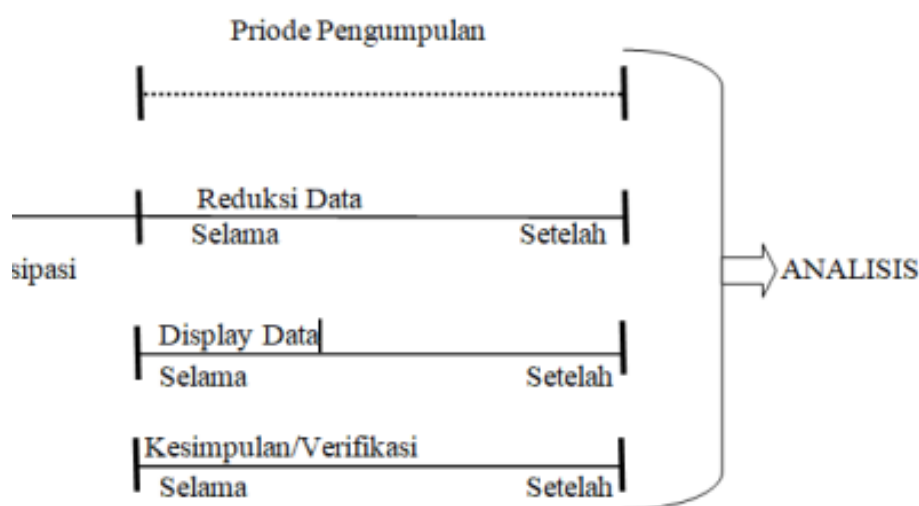
Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik beratkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual), sosio emosional (sikap dan perilaku serta agama) bahasa dan komunikasi, sesuai dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini (Talango, 2020; Vu, 2021)

Pirunika et al., (2022) Pendidikan anak usia dini memerlukan keseimbangan dalam pemenuhan asupan gizi. Anak yang pintar dan cerdas tidak lahir begitu saja, melainkan terbentuk melalui proses pengasuhan dan pendidikan yang di mulai sejak anak itu lahir hingga dewasa. Anita & Myrnawati, (2016) Pola hidup sehat ditentukan oleh beberapa faktor yaitu faktor genetis, faktor gizi, dan faktor lingkungan. Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar, yaitu sesuai dengan standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya, dan memiliki kemampuan sesuai standar kemampuan anak seusianya. Selain itu anak juga tampak ceria, berlari, melompat, memanjat, bermain, dan tidak berdiam diri saja. Zat gizi sangat diperlukan oleh anak karena sangat berperan pada kehidupan anak dan sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak usia dini.

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

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis dan akurat, fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Penelitian ini dilaksanakan di TK Kihadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo. Penelitian ini berlangsung selama 1 bulan di TK Kihadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo Pada semester Genap tahun ajaran 2021. Sumber data dalam hal ini adalah subjek dari orang tua, dan siswa kelompok A di TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 Kecamatan Kota Timur Kota Gorontalo. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan berbagai dokumen sesuai dengan masalah. Dalam hal ini yaitu peran orang tua dalam perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Miles dan Huberman yang terdiri dari reduksi data, penyajian data dan verifikasi. Ditunjukkan pada gambar 1 berikut;



Gambar 1. Tahapan Analisis Data menurut Miles dan Huberman (Hariyanti, 2015)

Hasil Penelitian dan Diskusi

Pada penelitian ini peneliti mengambil judul tentang peran orang tua dalam pembiasaan hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap anak di tk negeri kihadjar

dewantoro 1. Pada saat melakukan penelitian peneliti menemukan temuan-temuan pada saat dilapangan mengenai peran orang tua dalam pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat, peneliti melakukan observasi sebanyak 2 kali penemuan yaitu mengamati perilaku hidup bersih dan sehat Ketika anak disekolah. Orang tua memiliki peranan dalam mendidik,menjadicontoh bagi anak, memberi nasihat, serta mengingatkan anak untuk selalu menjaga kebersihan diri. Orang tua perlu menekankan pentingnya menjaga perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak. Anak dibiasakan untuk selalu membersihkan badan. Perlakuan orang tua yang demikian dapat menjadikan anak selalu menjaga kebersihan diri

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di lapangan, Ada beberapa hal yang tidak mencerminkan perilaku hidup sehat yang berasal dari penerapan orang tua seperti pada waktu istirahat anak jajan di kantin sembarangan, jajan makanan ringan yang mengandung banyak pengawet dan tidak sehat bagi tubuh anak, peneliti juga melihat hampir semua anak membawa bekal makanan siap saji seperti mie dan fried chicken dan itu di lakukan orang tua setiap hari, kita bisa membayangkan sudah berapa banyak makanan yang mengandung pengawet masuk ke dalam tubuh anak dan itu dapat mempengaruhi kesehatan dan tumbuh kembang anak. Adapun pada penelitian ini peneliti menggunakan empat indicator peran orang tua dalam perilaku hidup bersih dan sehat, yang pertama yaitu orang tua sebagai pengasuh. Orang tua merupakan seseorang yang mendampingi dan membimbing anak dalam beberapa tahap pertumbuhan mulai dari merawat, melindungi, mendidik dan mengarahkan anak dalam setiap proses pertumbuhan anak. Indicator kedua yaitu orang tua sebagai motivator, dalam hal ini orang tua senantiasa memberikan dorongan atau motivasi kepada anaknya agar dapat berperilaku hidup bersih dan sehat. Indicator ketiga yaitu orang tua sebagai contoh, kebiasaan orang tua yang baik akan menjadi contoh yang positif pada anak. Jika orang tua ingin mengajarkan hidup sehat maka orang tua lebih dulu berperilaku hidup bersih dan sehat. Dan indicator keempat yaitu orang tua sebagai fasilitator artinya orang tua harus memberikan fasilitas atau penunjang untuk pemenuhan kebutuhan dalam berperilaku hidup bersih dan sehat.

Hasil

Orang Tua Sebagai pendidik

Orang tua berperan sebagai pendidik adalah dengan mengasuh, membimbing, memberi teladan, dan membelajarkan anak." Peran orang tua ialah memenuhi kebutuhan-kebutuhan si anak, baik dari sudut organis-psikologi, anatara lain makanan; maupun kebutuhan-kebutuhan psikis, seperti kebutuhan akan perkembangan intelektual melalui pendidikan, kebutuhan akan rasa dikasihi, dimengerti dan rasa aman melalau perawatan, asuhan, ucapan-ucapan dan perlakuan-perlakuan.Orang tua bertanggung jawab atas pendidikan dan memberikan pendidikan, tanggung jawab ini berlangsung dari anak masih dalam kandungan hingga tumbuh dewasa sehingga mampu mengembangkan dirinya. Sebagai orang tua anak TKNegeri Kihadjar Dewantoro 1, peran orang tua sebagai pengasuh adalah saat orang tua memberikan arahan hidup bersih dan sehat dan memberikan pemahaman arti pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Di sekolah Tk Kihajar Dewantoro ditemukan beberapa factor mengenai perilaku hidup bersih dan sehat berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti kepada orag tua, peneliti menemukan ada beberapa orang tua yang tidak terlalu paham dengan perilaku hidup bersih dan sehat, karena 70% dari siswa tidak pernah membawa bekal makanan dari rumah tetapi membeli makanan siap saji. Hal ini dikarenakan agar orang tua tidak ribet ketika menyiapkan bekal kesekolah. 30% orng tua membawa bekal dari rumah. Dan ada 60% orang tua berusaha memberikan makan sehat seperti sayuran dan buahan agar anak bisa beraktivitas dengan baik.

Orang tua sebagai Motivator

Orang tua berperan sebagai motivator bagi anaknya. Motivasi adalah daya pendorong untuk melakukan pekerjaan yang berasal dari dalam diri (intrinsik) yaitu dari hati sanubari karena kesadaran akan pentingnya sesuatu. Dan motivasi yang berasal dari luar (ekstrinsik) misalnya dari orang tua, guru, teman-teman, dan anggota masyarakat. Cara Wali Anak TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 memotivasi ananda agar mau berperilaku hidup bersih dan sehat dengan memberikan semangat kepada anak-anak ketika malas, mengingatkan ananda ketika tidak konsisten dalam berperilaku

hidup bersih dan sehat, serta mengajak ananda ketika tidak mau berperilaku hidup sehat.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menemukan ada 10 orang tua siswa membiasakan anak untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, 9 orang tua anak mengajarkan anak untuk sikat gigi sesudah makan dan 1 orang tua siswa tidak melakukannya. Hanya ada 4 orang tua anak membiasakan anak untuk berolahraga dipagi hari dan 6 orang tua jarang melakukannya. 6 orang tua membiasakan anak untuk makan sayuran dan buahan sedangkan 4 orang tua jarang melakukan dan 2 orang tua anak rutin membiasakan anak memotong kuku dan 8 orang tua jarang melakukan. Ada 10 orang tua membiasakan anak untuk buang air besar dan kecil dikamar mandi dan 7 orang tua membiasakan anak untuk mandi dua kali sehari sisanya menjawab tidak.

Orang Tua sebagai Contoh

Orang tua memiliki peranan dalam mendidik menjadi panutan bagi anak, memberi nasihat, serta mengingatkan anak untuk selalu menjaga kebersihan diri. Orang tua perlu menekankan pentingnya menjaga perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak. Anak dibiasakan untuk selalu membersihkan badan. Perlakuan orang tua yang demikian dapat menjadikan anak selalu menjaga kebersihan diri. Anak berkecenderungan meniru orang tua, keberadaan orang tua di dalam keluarga lebih intens daripada anggota keluarga yang lain. Wali Anak TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 memberikan contoh untuk mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan lingkungan, dan memakan makanan yang bergizi. Hal ini juga bukan hanya dilakukan oleh anak tetapi oleh orang tua sebagai bentuk keteladanan terhadap anak.

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

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

Orang Tua Sebagai Fasilitator

Peran Orang tua selain sebagai pendidik, motivator, dan sebagai teladan (contoh) yaitu sebagai fasilitator terhadap kebutuhan anak. Dimana orang tua harus menyediakan fasilitas yang mendukung anak baik dalam hal pendidikan maupun kebutuhan yang lain. Sebagai fasilitator Wali Anak kelas TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 telah memenuhi sarana penunjang seperti membuat keran untuk mencuci tangan, menyediakan vitamin, menyediakan tempat sampah, memasak makanan yang bergizi, serta menyediakan tempat untuk BAK dan BAB. Di bawah ini terdapat informasi tambahan mengenai usaha yang dilakukan oleh Tk Negeri Kihadjar Dewantoro 1 untuk menjaga anggota keluarga terutama anaknya untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, diantaranya memenuhi sarana penunjang perilaku hidup bersih dan sehat dan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat.

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

Diskusi

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana peran orang tua dalam menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa Tk Kihajar Dewantoro Kecamatan Kota Timur tahun ajaran 2022. Sebagai orang tua mempunyai tanggung jawab kewajiban dalam keluarga terutama dalam menjaga kesehatan baik secara moral maupun secara material. Peran orang tua yang pertama adalah sebagai pendidik, orang tua memberikan pemahaman tentang bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak sejak usia dini. Hal ini sangat penting dilakukan agar anak terbiasa untuk hidup bersih dan sehat. Orang tua harus mampu memberikan edukasi atau pemahaman tentang pentingnya menjaga kebersihan. Sebagai orang tua anak TK Negeri Kihadar Dewantoro 1, peran orang tua sebagai pendidik adalah saat orang tua memberikan arahan hidup bersih dan sehat dan memberikan pemahaman arti pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat sejak dini.

Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat penting untuk kelangsungan hidup semua anggota keluarga. Alasannya agar anggota keluarga bisa hidup sehat dan sejahtera saat ini dan bisa menjaga kelangsungan hidup di bidang kesehatan di masa depan. Banyak manfaat ketika mengembangkan perilaku hidup sehat diantara Manfaat bagi peserta didik meningkatkan kesehatannya dan tidak mudah sakit, meningkatkan semangat belajar, meningkatkan produktivitas belajar, dan menurunkan angka absensi karena sakit. Salah satu Indikator dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yaitu rajin mencuci tangan dengan air mengalir menggunakan sabun, dilakukan atas kesadaran dari diri sendiri yang berperan penting dalam menjaga kesehatan. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara lanjutan kepada beberapa orang tua siswa TK Kihajar Dewantoro.

“saya mengajarkan anak untuk selalu menjaga kebersihan, membatasi anak untuk jajan sembarangan apalagi anak-anak kalau tidak diawasi semua minta dibeli ini dan itu makanya saya membatasi jajan anak. Kemudian untuk menjaga ketahanan tubuh saya membiasakan anak untuk makan sayuran dan cuci tangan sebelum makan dirumah juga ada tempat cuci tangan yang saya sediakan untuk anak.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dengan orang tua siswa, menjaga kebersihan dan mengajarkan kepada anak-anak sejak usia dini itu sangat penting saalah satunya dengan memberikan asupan gizi yang cukup, membersihkan kamar mandi dan rumah secara rutin adalah hal yang penting agar anak terbiasa hidup bersih dan sehat. Menurut Ki Hajar Dewantara “setiap orang adalah guru, setiap rumah adalah sekolah”. Jadi dapat disimpulkan

bahwa sekolah yang paling utama adalah rumah, peran guru yang paling berpengaruh adalah orang tua. Oleh karena itu sudah semestinya peran orang tua sangat besar dalam mendidik anaknya (Trisnawati & Sugito, 2020; Setiani, 2018)

Yang kedua peran orang tua sebagai motivator, Cara Wali Anak TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 memotivasi ananda agar mau berperilaku hidup bersih dan sehat dengan memberikan semangat kepada anak-anak ketika malas, mengingatkan ananda ketika tidak konsisten dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, serta mengajak ananda ketika tidak mau berperilaku hidup sehat. Hal ini perlu dilakukan agar anak terdorong untuk melakukan sesuatu yang berhubungan dengan menjaga kebersihan.

“perilaku hidup bersih dan sehat menurut saya, menjaga kebersihan dan kesehatan diri agar kita terbiasa hidup sehat. Pembiasaan yang saya lakukan di rumah kepada anak saya mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, habis habis bermain, setelah memegang uang atau benda milik orang lain, berjemur atau berolahraga, rutin memotong kuku, dan mandi 2 kali sehari. berjemur dipagi hari atau olahraga pun setiap hari minggu,. Saya mencoba memberi edukasi terhadap anak tentang pentingnya hidup sehat, Terkadang mereka bosan dengan rutinitasnya, maka saya perlu mencari cara agar mereka senang melakukannya misalnya dengan membaca buku cerita tentang kesehatan dan kebersihan”

Menurut Bahwa “Orang tua merupakan penanggung jawab utama dalam pendidikan anak-anaknya. Dimanapun anak tersebut menjalani pendidikan, baik dilembaga formal, informal maupun non formal orang tua tetap berperan dalam menentukan masa depan pendidikan anak-anaknya”. Pendidikan di luar keluarga, bukan dalam arti melepaskan tanggung jawab orang tua dalam pendidikan anak, tetapi hal itu dilakukan orangtua semata-mata karena keterbatasan ilmu yang dimiliki oleh orang tua, karena sifat ilmu yang terus berkembang mengikuti perkembangan zaman, sementara orang tua memiliki keterbatasan-keterbatasan. Disamping itu juga, karena kesibukan orangtua bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga, ikut mendorong orang tua untuk meminta bantuan pihak lain dalam pendidikan anak-anaknya.

“menurut saya perilaku hidup bersih dan sehat agar kita menjaga kebersihan diri dan lingkungan serta menjaga kesehatan diri. mengingatkan anak untuk Mencuci tangan dengan sabunmandi 2 kali sehari, berjemur dipagi hari, dan tidak konsisten, makanya saya sering mengingatkan”.

Dalam hal menerapkan pembiasaan hidup sehat rata-rata kendala orang tua yaitu anak tidak konsisten oleh karena itu orang tua sabar dalam mengingatkan dan memberi

motivasi terutama dalam melakukan pembiasaan perilaku hidup sehat seperti berjemur di pagi hari, karena berjemur menyebabkan tulang anak menjadi kuat, membiasakan anak untuk makan makanan yang sehat seperti sayuran, buah buahan tidak membiarkan anak ajakan sembarangan kemudian rutin menggosok gigi sesudah makan dan sebelum tidur agar anak terbiasa hidup sehat sejak usia dini.

Yang ketiga orang tua sebagai contoh. Orang tua bukan hanya mengajak anak untuk berperilaku hidup sehat tetapi memberikan teladan seperti apa hidup bersih dan sehat. Sebagai Wali Anak TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 memberikan contoh untuk mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan lingkungan, dan memakan makanan yang bergizi. Hal ini juga bukan hanya dilakukan oleh anak tetapi oleh orang tua sebagai bentuk keteladanan terhadap anak. Anak masih memerlukan bimbingan dan arahan dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat, agar anak semangat dan merasa kompak dengan orang tua. Kompak merupakan hal utama dari perilaku hidup bersih dan sehat ini dalam upaya menjaga kesehatan dan hidup bersih dan sehat. Selain itu orang tua juga perlu konsisten dalam mencontohkan perilaku hidup bersih dan sehat dan diharapkan dapat membekas hingga anak tumbuh dewasa, dan karakter positif ini dapat diteruskan sampai nanti disetiap waktu, kondisi, dan tatanan kehidupan anak.

"anak saya kembar jadi hal pertama yang saya lakukan untuk untuk hidup sehat yaitu dimulai dari diri sendiri kemudian saya mengajak anak saya untuk mencuci tangan sebelum makan, ini rutin yah, karena anak-anak saya sering main kotor atau main dengan teman. Selain itu juga saya rutin membersihkan badan atau mandi minimal dua kali sehari karena ketika anak-anak tidak".

Menurut Indriawati & Darmawati, (2021) Bahwa "Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat antara lain adalah makanan dan minuman yang terdiri dari kebiasaan makan pagi, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, faktor kedua adalah faktor perilaku terhadap kebersihan diri seperti mandi, membersihkan mulut, gigi, tangan dan kaki serta kebersihan pakaian, faktor terakhir adalah faktor perilaku kebersihan terhadap lingkungan seperti membuang sampah pada tempatnya". Orang tua juga perlu memperhatikan asupan gizi yang masuk jangan sampai ada zat kimia yang berbahaya yang terkandung dalam makanan.

"saya sebagai orang tua selalu menjaga kesehatan anak terutama dalam hal makanan, saya memilih makanan yang sehat dan tidak mengandung MSG karena anak saya ketika

salah makan akan muntah-muntah, apalagi anak saya pernah dirawat dirumah sakit karena tipes oleh karena itu saya sering menjaga asupan makanan yang masuk. Selain itu saya juga rutin membersihkan kamar mandi, rutin mengganti sprei tempat tidur”

Untuk meningkatkan kesehatan pada anak usia dini hal pertama yang harus diperhatikan adalah menerapkan perilaku pola hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, masyarakat terus dihimbau dan diberi pemahaman untuk melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat ini. Lingkungan keluarga terbentuk rutinitas dan kebiasaan yang akan menjadi karakter yang baik dalam peningkatan derajat kesehatan. Budaya sehat akan terbentuk pada setiap individu di dalam keluarga. Orang tua memegang peran penting dalam pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat. Orang tua seharusnya memberikan teladan atau contoh dalam melaksanakan perilaku ini kepada putra-putrinya. Sehingga anak-anak akan meniru dan ikut melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat ini dengan semangat, didampingi para orang tua yang peduli dengan anaknya. Lingkungan yang bersih merupakan salah satu sumber belajar bagi anak. Lingkungan sebagai sumber belajar dapat berupa lingkungan alam, lingkungan sosial, dan lingkungan budaya. Lingkungan yang menyenangkan adalah lingkungan yang indah, rapi bersih dan terdapat tanaman yang tumbuh (Nugroho et al., 2021; Fadlillah et al., 2020; Khomaeny et al., 2020)

Yang keempat orang tua sebagai fasilitator. Selain sebagai pendidik, motifator dan member teladan hal yang penting adalah orang tua harus menyediakan sarana dan prasarana penunjang perilaku hidup sehat. Sebagai fasilitator Wali Anak kelas TK Negeri Kihadjar Dewantoro 1 telah memenuhi sarana penunjang seperti membuat kan keran untuk mencuci tangan, menyediakan vitamin, menyediakan tempat sampah, memasak makanan yang bergizi, serta menyediakan tempat untuk BAK dan BAB.

“yang saya lakukan untuk menunjang sarana hidup sehat yang pertama mencuci tangan sebelum makan, karena anak saya sangat aktif jadi ketika sebelum dan sesudah makan saya menyuruh anak saya untuk mencuci tangan dengan sabun, kemudian saya membuatkan bekal makanan yang bergizi seperti buah dan sayuran. Meskipun anak kadang tidak menghabiskan sayuran tapi saya tetap membiasakan anak saya untuk makan sayuran. Dan yang terpenting juga yaitu membuang sampah pada tempatnya. Saya sering mengajarkan anak agar membuang sampah pada tempatnya”

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua anak kelas A Tk Negeri Kihajar Dewantoro 1 rata-rata orang tua mengajarkan anak untuk mencuci tangan sebelum makan. Mencuci tangan sangat penting dengan mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabu

cuci tangan akan melindungi anak dari penyakit yang disebabkan oleh bakteri. Anak usia dini diajarkan untuk memiliki perilaku mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir saat mau makan, saat sesudah buang air besar dan buang air kecil, dan saat sesudah bepergian. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir merupakan salah satu upaya untuk mencegah penularan infeksi dengan menghilangnya mikroba yang ada di tangan (Lestari et al., 2021).

“yang saya lakukan untuk menunjang sarana perilaku hidup sehat yaitu rutin memotong kuku, mengajarkan anak membersihkan tangan ketika selesai buang air besar atau kecil. Dan rutin membersihkan rumah mengepel dan membersihkan kamar mandi ini saya lakukan setiap pekan agar anak anak terbiasa hidup bersih”.

Dalam melaksanakan peran sebagai orang tua sekaligus merangkap peran akademik dan memelihara kesehatan anak. Tentu orang tua mengalami beberapa hambatan dan kendala dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Adapun kendala yang di hadapi oleh orang tua adalah (1) Kurang konsisten dalam menerapkan 3M, seperti kurang konsisten dalam memakai masker dan mencuci tangan (2) Kurang tegas dalam menerapkan pola hidup bersih terutama dalam menerapkan (3) M, orang tua lebih sering memaklumi dan mentoleransi anak ketika tidak menerapkan 3M. Tidak patuh yang dilakukan oleh anak sehingga membuat orang tua enggan dalam mengingatkan secara terus menerus (Laiya, Sri Wahyuningsi; Juniarti, 2021) . Berdasarkan hasil wawancara dengan kelima orang tua wali anak Tk Kihajar dewantoro Kecamatan Kota Timur mengenai bagaimana usaha yang dilakukan oleh orang tua untuk memberikan sarana penunjang perilaku hidup bersih dan sehat maka peneliti menemukan diantaranya mengajarkan anak untuk mencuci tangan sebelum makan dan sesudah buang air kecil atau besar dengan menggunakan sabun, memberikan asupan makanan bergizi seperti buah dan sayuran, membersihkan lingkungan seperti menyikat kamar mandi dan mengepel rumah secara rutin, mandi dua kali sehari dan tidak membiarkan anaka untuk jajan sembarangan. Hal ini perlu dilakukan sejak anak usia dini agar anak terhindar dari penyakit dan terbiasa hidup sehat. Masa Golden Age merupakan masa di mana tahap perkembangan otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak. Pada masa usia dini kemampuan memori otak mencapai tingkat maksimal. Sehingga usaha terencana untuk meningkatkan mutu kualitas dan pembiasaan Pola Hidup Bersih dan Sehat pada anak usia dini baik dilakukan dimasa Golden Age(masa keemas) (RUBAI et al., 2021). Anak usia dini bersifat imitatif atau peniru, apa yang ia lihat, rasakan dan lihat dari lingkungannya akan diikutinya

karena ia belum mengetahui batasan benar dan salah, baik dan buruk, serta pantas dan tidak pantas. Anak masih belajar coba-ralat berperilaku yang dapat diterima oleh lingkungannya. Oleh karena itu, masa usia dini ini adalah masa yang peka untuk menerima pengaruh dari lingkungannya. Hal ini merupakan kesempatan bagi lingkungan, dalam hal ini orang tua-guru-sekolah, untuk memberikan pengaruh edukatif seluas-luasnya kepada anak, agar membantu mengembangkan perilaku anak yang positif. Pada anak, perilaku dapat terbentuk melalui kebiasaan sehari-hari secara non-formal. Artinya, suatu perbuatan yang dilakukan atas anjuran orang dewasa ataupun perilaku orang dewasa yang sengaja ditujukan kepada anak untuk diikuti.

Simpulan

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

Daftar Pustaka

- Anita, & Myrnawati. (2016). Pengaruh Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*.
- Fadlillah, M., Kristiana, D., & Wulansari, B. Y. (2020). Penyuluhan Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini bagi Orang Tua dan Guru pada Masa COVID-19. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 4(2). <https://doi.org/10.30734/j-abdipamas.v4i2.1251>
- Hariyanti, M. (2015). Analisis Data Kualitatif Miles dan Huberman. In *Kompasiana*.
- Hasanah, N., & Sugito, S. (2020). Analisis Pola Asuh Orang Tua terhadap Keterlambatan Bicara pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.456>
- Indriawati, R., & Darmawati, I. (2021). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Era Covid-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*.
- Khomaeny, E. F. F., Ulfah, M., & Hamzah, N. (2020). Pengaruh Aktivitas Fisik Dan

- Lingkungan Alamiah Bagi Daya Tahan Tubuh Anak Usia Dini. *Awlady: Jurnal Pendidikan Anak*. <https://doi.org/10.24235/awlady.v6i2.6206>
- Laiya, Sri Wahyuningsi; Juniarti, Y. (2021). Analisis Peran Orang Tua dalam Penerapan 3M pada Anak Usia Dini di Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 6(2), 151–157. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/potensia>
- Lestari, Y., Adila, D. R., & Lestari, R. F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Ibu Terhadap Tindakan Mencuci Tangan Dalam Perawatan Tali Pusat Bayi Baru Lahir. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.1031>
- Nugroho, H. P., Cich, L. H. M., & Hastono, S. P. (2021). Analisis Kondisi Fisik Rumah Dan Karakteristik Responden Terhadap Kejadian Tuberkulosis Di Kecamatan Ciledug Kota Tangerang. *Anakes: Jurnal Ilmiah Analis Kesehatan*. <https://doi.org/10.37012/anakes.v7i1.519>
- Pirunika, S., Suherman, W. S., & Indrawati, I. (2022). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Status Gizi pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2274>
- RUBAI, W. L., HAPSARI, P. W., & SURIJATI, K. A. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Terhadap Kejadian Sakit Pada Anak Usia Sekolah Di Kabupaten Banyumas. *VISIKES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. <https://doi.org/10.33633/visikes.v20i1.4204>
- Setiani, R. E. (2018). Pendidikan Anak Dalam Keluarga. *Yinyang: Jurnal Studi Islam, Gender Dan Anak*. <https://doi.org/10.24090/yinyang.v13i1.2018.pp105-116>
- Talango, S. R. (2020). Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. *Early Childhood Islamic Education Journal*. <https://doi.org/10.54045/ecie.v1i1.35>
- Trisnawati, W., & Sugito, S. (2020). Pendidikan Anak dalam Keluarga Era Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.710>
- Vu, T. T. (2021). Early childhood education in Vietnam, history, and development. In *International Journal of Child Care and Education Policy*. <https://doi.org/10.1186/s40723-020-00080-4>