

**PEMBIASAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN
SEHAT PADA ANAK USIA DINI DI SPS
(SATUAN PAUD SEJENIS) WALUYO**



**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Untuk
Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan (S.Pd)**

Disusun oleh:
Fossi Arista
NIM : 20104030061

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA
DINI
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
2025**

SURAT PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 513056 Fax. (0274) 586117 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2222/Un.02/DT/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : PEMBIASAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK USIA DINI
DI SPS (SATUAN PAUD SEJENIS) WALUYO

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FOSSI ARISTA
Nomor Induk Mahasiswa : 20104030061
Telah diujikan pada : Selasa, 08 Juli 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Lailatu Rohmah, S.Pd.I., M.S.I
SIGNED

Valid ID: 6892ee1efca67



Penguji I

Eko Suhendro, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 6892c3867123f



Penguji II

Bahtiar Arbi, S.Pd., M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 6892cd412b458



Yogyakarta, 08 Juli 2025
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Sigit Purnama, S.Pd.I., M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 6892f16cc02b1f

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fossi Arista

NIM : 20104030061

Prodi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan ini sesungguhnya bahwa skripsi saya berjudul “Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini di SPS Waluyo” adalah hasil karya atau penelitian yang saya sendiri dan bukanplagiasi dari peneliti sebelumnya kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya.

Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Yogyakarta, 12 Juni 2025

Yang Menyatakan,



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KATJAGA
YOGYAKARTA

Fossi Arista
NIM: 20104030061

SURAT PERYATAAN BERHIJAB

SURAT PERYATAAN BERHIJAB

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fossi Arista

Tempat Tanggal Lahir : Bantul, 17 September 2000

NIM : 20104030061

Program Studi : Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pasfoto berjilbab pada ijazah saya tersebut menjadi tanggung jawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 12 Juni 2025

Yang menyatakan,



Fossi Arista
20204030061

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ

Artinya: Kebersihan sebagian dari iman.

(Shahih Muslim)



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk:

Almamater Tercinta

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta



ABSTRAK

Fossi Arista, 20104030061, Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini di SPS Waluyo. Skripsi. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sangat penting dalam pendidikan anak usia dini, karena membantu anak mengembangkan kesadaran menjaga kesehatan diri dan lingkungan sejak dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi dan faktor-faktor yang memengaruhi pembiasaan PHBS pada anak usia dini di SPS Waluyo. Menggunakan metode kualitatif deskriptif, penelitian ini melibatkan 14 anak usia dini sebagai subjek. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dengan kepala sekolah, guru kelas, dan wali murid, serta dokumentasi. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi pembiasaan PHBS di SPS Waluyo dilakukan melalui tiga pendekatan utama: Integrasi Kurikulum (materi PHBS diajarkan sesuai usia melalui praktik langsung dan media edukatif oleh guru terlatih), Penyediaan Lingkungan dan Sumber Daya (fasilitas memadai dan media edukasi), serta Pemberian Penghargaan dan Teladan Guru (apresiasi untuk motivasi anak dan guru sebagai model aktif). Faktor pendukung keberhasilan meliputi Guru Aktif sebagai teladan, Fasilitas Higienis, Program Terstruktur yang terintegrasi dalam kurikulum, Lingkungan Sosial Positif, dan Dukungan Orang Tua yang konsisten. Namun, terdapat juga faktor penghambat, yaitu Orang Tua yang Memanjakan (menghambat kemandirian anak) dan Perbedaan Perkembangan Anak yang membutuhkan pendekatan personal.

Kata Kunci : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Anak Usia Dini, SPS Waluyo, Implementasi, Faktor Pembiasaan.

ABSTRACT

Fossi Arista, 20104030061, *Habitation of Clean and Healthy Living Behavior in Early Childhood at SPS Waluyo. Thesis. Yogyakarta: Early Childhood Islamic Education Study Program, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, Sunan Kalijaga State Islamic University, Yogyakarta.*

The habituation of clean and healthy living behavior (CHLB) is very important in early childhood education, as it helps children develop an awareness of personal and environmental health from an early age. This study aims to determine the implementation and influencing factors of CHLB habituation in early childhood students at SPS Waluyo. Using a qualitative descriptive method, the study involved 14 early childhood students as subjects. Data were collected through observation, interviews with the school principal, class teachers, and parents, as well as documentation. Data validity was tested using source and technical triangulation.

The research results indicate that the implementation of CHLB habituation at SPS Waluyo was carried out through three main approaches: Curriculum Integration (CHLB material is taught according to age through direct practice and educational media by trained teachers), Provision of Environment and Resources (adequate facilities and educational media), and Awarding and Teacher Role Models (appreciation to motivate children and teachers acting as active models). Supporting factors for success include Active Teachers as role models, Hygienic Facilities, a Structured Program integrated into the curriculum, a Positive Social Environment, and consistent Parental Support. However, there were also inhibiting factors, namely Indulgent Parents (hindering children's independence) and Differences in Child Development which require a more personalized approach.

Keywords: *Clean and Healthy Living Behavior (CHLB), Early Childhood, SPS Waluyo, Implementation, Habituation Factors.*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ
الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya dan memberikan kesehatan, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini di SPS Waluyo” dengan lancar. Sholawat serta salam selalu terucap kepada junjungan kita nabi Agung Muhammad SAW, Keluarga, tabi’in-tabi’at hingga yaumul akhir kelak. Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bimbingan, bantuan, doa dari berbagai pihak. Maka dari itu peneliti mengucapkan banyak-banyak terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan tempat untuk menuntut ilmu.
2. Prof. Dr. Sigit Purnama, S.Pd.I., M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan izin serta fasilitas untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Dr. Rohinah, S.Pd.I., M.A., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini yang telah

memberikan persetujuan dan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Dr. Lailatu Rohmah, M.S.I selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu untuk mengarahkan dan membimbing dalam menyusun skripsi dengan penuh keikhlasan hingga pengerjaan skripsi ini selesai.
5. Ibu Siti Zubaedah, S.Ag.,M.Pd selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan serta dukungan dalam menyusun skripsi dan selama masa perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan penuh keikhlasan.
6. Ibu Suripni, selaku kepala SPS Waluyo yang telah memberikan fasilitas dalam pengerjaan skripsi ini dengan baik.
7. Ibu Wasriyanti, selaku guru di SPS Waluyo yang telah membantu dalam memberikan informasi penelitian.
8. Teruntuk Ayah dan Ibu tercinta, yang telah memberikan saya motivasi, selalu memberikan support kepada penulis, memberikan dukungan moral maupun materi, selalu mendoakan saya dan selalu memberikan semangat dalam pengerjaan skripsi ini.
9. Teruntuk adik-adik saya Friska, Rizky, dan Daeva yang selalu menghibur saya dikala sedih dan memberikan semangat dalam pengerjaan skripsi.

10. Teruntuk eyang saya yang selalu memberikan dukungan doa dan selalu memberikan semangat.
11. Kepada Sahabat-sahabat saya Lita, Nada, Fida, Dini, Isna, Isma, Ica, Dilla, Endjel, Zahra, Putri, Aulia, Nindya, Tifa yang selalu memberikan semangat, doa dan selalu mendengarkan keluh kesah saya.
12. Kepada rekan-rekan kerja saya di TK ABA Kenaji, Bu Mela, Bu Ratmi, Bu Ummu, Bu Fawa, Bu Sari, Bu Dwi, Bu Niyah, Bu Tari yang selalu memberikan semangat serta doa dalam pengerjaan skripsi.
13. Dan kepada seluruh pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan dalam pengerjaan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Semoga segala bentuk kebaikan yang telah diberikan senantiasa mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembaca.

Yogyakarta, 12 Juni 2025

Tertanda



Fossi Arista

NIM.20104030061

DAFTAR ISI

COVER

SURAT PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	i
SURAT PERYATAAN KEASLIAN.....	ii
SURAT PERYATAAN BERHIJAB	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	16
C. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian	16
D. Kajian Penelitian yang Relevan	18
E. Kajian Teori.....	22
BAB II.....	61
METODE PENELITIAN	61
A. Jenis Penelitian	61
C. Lokasi Peneliti.....	62
D. Sumber Data.....	63
E. Prosedur Pengumpulan Data.....	65
F. Analisis Data	69

G. Pengecekan Keabsahan Temuan	72
BAB III.....	74
HASIL DAN TEMUAN PENELITIAN	74
BAB IV	88
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	88
A. HASIL PENELITIAN	88
B. PEMBAHASAN.....	126
BAB V	140
PENUTUP.....	140
A. Kesimpulan.....	140
B. Saran.....	141
DAFTAR PUSTAKA	144
LAMPIRAN.....	150



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Letak Geografis SPS Waluyo.....	150
Lampiran 2 Panduan Wawancara.....	161
Lampiran 3 Hasil Wawancara	165
Lampiran 4 Catatan Lapangan	182
Lampiran 5 Dokumentasi.....	187
Lampiran 6 Surat Penujuk Bimbingan	193
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian	194
Lampiran 8 Sertifikat PBAK.....	195
Lampiran 9 Sertifikat ICT	196
Lampiran 10 Sertifikat PKTQ.....	197
Lampiran 11 Sertifikat PLP	198
Lampiran 12 Sertifikat KKN	199
Lampiran 13 Sertifikat TOEFL.....	200
Lampiran 14. Sertifikat IKLA.....	201
Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi.....	202
Lampiran 16 Riwayat Hidup	203

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di wilayah pedesaan, kesadaran akan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini masih menjadi perhatian utama, khususnya di lingkungan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). Observasi awal di SPS Waluyo, Desa Dlingo, Bantul, Yogyakarta, menunjukkan bahwa beberapa kebiasaan dasar PHBS belum sepenuhnya diterapkan oleh anak-anak. Misalnya, masih banyak anak yang belum terbiasa mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan diri, dan membuang sampah pada tempatnya.

Rendahnya pembiasaan ini mencerminkan kurangnya pemahaman akan pentingnya kebersihan sejak dini. Padahal, penanaman PHBS merupakan fondasi krusial bagi anak dalam membangun kesadaran akan kesehatan diri dan lingkungan. Jika kebiasaan ini tidak ditanamkan dengan benar, potensi peningkatan risiko penularan penyakit menular di sekolah akan meningkat, yang pada gilirannya dapat mengganggu kesehatan fisik, kenyamanan, dan perkembangan belajar anak. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengatasi permasalahan tersebut dan mencari

solusi yang efektif dalam meningkatkan pembiasaan PHBS di lingkungan PAUD pedesaan.

Masa usia dini sering disebut sebagai masa keemasan (golden age), yaitu masa perkembangan optimal anak yang berlangsung sejak lahir hingga usia enam tahun. Pada fase ini, pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak terjadi dengan sangat cepat sehingga pengalaman yang diperoleh pada masa ini sangat menentukan perilaku anak ketika dewasa (Putra, Dewi, 2023). Dengan demikian, membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini akan memberikan bekal penting untuk membentuk pola hidup sehat yang berkelanjutan. PHBS sendiri dipahami sebagai perilaku sadar individu atau kelompok dalam menjaga kesehatan diri, keluarga, dan lingkungan, yang dilakukan melalui langkah-langkah preventif dan promotif terhadap risiko penyakit (Siti Aisyah, 2020). Maka dari itu, sekolah sebagai lembaga pendidikan yang menangani anak pada masa keemasan mempunyai tanggung jawab strategi dalam menanamkan nilai-nilai tersebut.

Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sangat penting dilakukan dalam pelaksanaan pendidikan pada anak usia dini, karena dengan menerapkan hal tersebut anak dapat terbiasa sejak dini untuk menjaga kesehatan diri dan lingkungan sekitar.

Pada satuan pendidikan khususnya pendidikan anak usia dini kesehatan merupakan langkah awal dimana anak mulai berkembang secara bertahap sesuai dengan tingkat perkembangannya. Perilaku hidup bersih dan sehat pada umumnya merupakan perilaku yang berkaitan dengan upaya atau tindakan seseorang dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan. (Siti Aisyah, 2020)

Kesehatan merupakan langkah awal bagi seorang anak yang mulai berkembang secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangannya. Menurut Sulaiman (2020), terciptanya kesehatan pada diri seseorang terdapat empat faktor yang mempengaruhi. Keempat faktor itu berupa keturunan, pelayanan kesehatan, kebersihan lingkungan dan juga perilaku hidup bersih dan sehat. (Sulaiman, 2020) Berdasarkan hasil survei menurut Riskesdas (2018), hanya sekitar 20 persen dari keseluruhan populasi Indonesia yang menunjukkan perhatian terhadap kebersihan dan kesehatan. Angka ini mencerminkan bahwa dari total 262 juta penduduk, hanya sekitar 52 juta individu yang memahami pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan memahami dampaknya terhadap kesehatan. (Kesehatan, 2018) Dengan hasil survei di atas artinya pemahaman kebersihan lingkungan dan kesehatan musti ditingkatkan untuk mengurangi resiko penyakit.

Kesehatan adalah anugrah berharga dalam kehidupan manusia karena kesehatan merupakan fondasi utama untuk menjalankan segala aktivitas. Sehat adalah kondisi dimana kita terbebas dari penyakit, kita dapat merasa sehat secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan kita setiap hari hidup produktif. Dalam undang-undang No. 23/1992 Pasal 1 ayat (1). (Srininta & Jurlita, 2023) Kesehatan adalah keadaan sejahtera mulai dari badan, jiwa, dan hingga sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan tidak hanya merujuk pada keadaan yang optimal dari segi fisik, mental, dan sosial, tetapi juga dari segi produktivitasnya, dimana keseluruhan aspek kehidupan memberikan dukungan yang besar terhadap kesejahteraan manusia. (Indonesia, 2009)

Kesehatan merupakan faktor penting dalam pengembangan sumber daya manusia (SDM) termasuk pendidikan. Oleh karena itu, menjadi hal yang wajar jika penjaminan kesehatan di Indonesia juga tertuang dalam UUD1945 pasal 28H dan dijabarkan dalam UU RI No. 9 tahun 1960. Disahkan perundangan tersebut, maka dapat di katakan bahwa negara menjamin seluruh warganya tidak terkecuali bagi anak usia dini untuk memperoleh hak asasinya dalam mendapatkan pelayanan kesehatan.

Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini merupakan suatu cara dan tindakan yang dilakukan oleh siswa dan guru atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran di lingkungan sekolah, yang memungkinkan untuk secara mandiri mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan dan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat.(Maryunani, 2023) Dengan mengajarkan dan menerapkan pembiasaan penerapan hidup bersih dan sehat (PHBS) kepada anak usia dini mereka akan memahami dan menginternalisasi praktik PHBS sejak dini yang mana di usia-usia ini merupakan masa keemasan anak atau masa *golden age* yang merujuk pada periode perkembangan yang di anggap sebagai waktu puncak untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

Pada masa *golden age* otak bertumbuh secara maksimal, begitupun pertumbuhan fisik. Selain itu pada masa tersebut juga terjadi perkembangan kepribadian anak dan pembentukan pola perilaku, sikap dan ekspresi emosi, pada masa ini anak biasanya akan mudah menyerap semua hal yang dia lihat dan dengar.(Putra & Dewi, 2023) Dengan mengajarkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), anak dapat tumbuh menjadi individu yang sadar akan kesehatan dan bertanggung jawab terhadap lingkungan sekitar mereka hingga dewasa.

Anak usia dini adalah anak-anak yang belum mencapai masa usia untuk memasuki pendidikan formal seperti sekolah dasar. Biasanya anak usia dini tinggal di rumah atau mengikuti kegiatan diberbagai lembaga pendidikan pra-sekolah seperti kelompok bermain, taman kanak-kanak, atau tempat penitipan anak.(Novelita & Devian, 2023) Rentang usia anak usia dini adalah dari 0 hingga 6 tahun. Hakikatnya pendidikan anak usia dini adalah pondasi dasar dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, usia 0-6 tahun adalah masa perkembangan kecerdasan yang sangat pesat, sehingga masa ini disebut (*golden age*). Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan hingga usia 6 tahun. Usia ini merupakan usia yang sangat menentukan bagi pembentukan karakter dan kepribadian anak serta kemampuan intelektualnya.(Simanjuntak & Andayani, 2022) Kesehatan sangat berpengaruh khususnya pada anak usia dini dalam lingkup pendidikan.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sejak dini adalah dengan memberikan pelayanan pendidikan pada anak usia dini. Anak usia dini berada pada masa perkembangan dan pertumbuhan anak sehingga sangat potensial untuk peletakan nilai-nilai. Disamping itu pada usia tersebut anak rentan terserang penyakit. Hal ini dikarenakan kebersihan makanan anak seringkali tidak terkontrol

sehingga sangat rentan terhadap penularan bakteri dan virus atau biasa disebut dengan *food borne diseases*.(Choirun & Yuli, 2019) *Food borne disease* adalah suatu penyakit karena adanya virus atau bakteri yang masuk kedalam tubuh manusia melalui proses pencernaan makanan seperti *cholera*, *hilminthic infections* (kecacingan), *Dysenter* (disentri), dan lain lainnya.(Barakki, 2005) Usia balita merupakan usia yang rawan akan penyakit. Hal ini karena aktivitas anak yang sangat tinggi, terutama dalam kegiatan bermain. Anak-anak belum memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Perkembangan pada fase awal terutama lima tahun pertama kehidupan manusia merupakan dasar kritis yang akan mempengaruhi tahap-tahap perkembangan berikutnya.(Hurlock, 1993)

Dampak negatif apabila pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tidak di ajarkan atau tidak diterapkan yaitu dapat berisiko penyakit seperti diare, cacingan, TBC, kusta, dan infeksi kulit akan meningkat. Lingkungan sekolah yang tidak bersih dan kebiasaan hidup tidak sehat (seperti, tidak mencuci tangan, jajan sembarangan) menjadi media penularan penyakit. (Devi Pramita Sari 2020) Terdapat juga dampak positif penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di satuan pendidikan, PHBS yang di ajarkan di sekolah secara efektif dapat meningkatkan

pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dan terhindar dari berbagai masalah kesehatan. (Mustar,et al 2018)

Dalam dunia pendidikan khususnya pada pendidikan anak usia dini, kesehatan merupakan langkah awal bagi seorang anak yang mulai berkembang secara bertahap sesuai dengan tingkat perkembangannya. Tidak hanya lembaga sekolah yang berada diperkotaan saja yang perlu menerapkan PHBS berkualitas di lingkungan sekolah dengan berbagai fasilitas yang lengkap dan modern, tetapi juga semua lembaga PAUD di daerah tertinggal, terdepan, dan terluar. Seperti salah satu lembaga pendidikan anak usia dini di wilayah selatan yaitu SPS Waluyo yang terletak di desa Dlingo, Bantul, Yogyakarta, wilayah yang mayoritas penduduknya berprofesi sebagai petani dan buruh. Meski mayoritas penduduk berprofesi sebagai petani dan buruh, namun lembaga ini tidak jauh berbeda dengan lembaga yang ada di kota. Selain aktif dalam berbagai kegiatan untuk anak, lembaga ini dapat menggalakkan pembiasaan hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah dengan cara yang sederhana dan fasilitas yang seadanya.

Meningkatkan upaya menjaga kesehatan anak-anak menjadi sangat penting karena kualitas perkembangan mereka sangat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan saat masa pertumbuhan, kesehatan yang baik

pada anak dapat mengoptimalkan proses pembelajaran. Oleh karena itu, pendidikan mengenai kesehatan menjadi sangat penting untuk diperkenalkan sejak usia dini karena pada masa ini, sikap dan perilaku anak masih dalam tahap pembentukan, sehingga lebih mudah untuk menanamkan pembiasaan hidup bersih dan sehat (PHBS) dibandingkan dengan orang dewasa. Memperkenalkan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia yang sangat dini memiliki potensi yang besar untuk memastikan bahwa masyarakat akan memiliki kebiasaan hidup bersih dan sehat yang baik ketika mereka dewasa nanti.

Menjaga kesehatan dapat dimulai dari menjaga kebersihan tangan. Mencuci tangan dapat mencegah penularan penyakit, termasuk infeksi saluran pencernaan dan pernapasan. Setiap orang tua pasti mengajarkan tentang kebersihan kepada anaknya, seperti contoh mencuci tangan sebelum makan. Pada observasi pertama Senin, 8 Januari 2024 di SPS Waluyo mengenai pembiasaan penerapan hidup bersih dan sehat, peneliti melihat beberapa anak tidak mencuci tangan ketika hendak makan padahal mencuci tangan sebelum makan merupakan langkah awal yang seharusnya diterapkan oleh semua orang untuk mencegah penyakit dan menjaga kebersihan.(Fossi 2024) Cuci tangan

merupakan cara efektif untuk menghilangkan kuman dan mikroba yang dapat menyebabkan penyakit.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mencerminkan gaya hidup keluarga yang selalu memprioritaskan dan memelihara kesehatan bagi semua anggota keluarga. Ini melibatkan kesadaran dalam tindakan kesehatan, memungkinkan setiap anggota keluarga untuk mengambil peran aktif dalam menjaga kesehatan mereka sendiri dan berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan masyarakat. PHBS bukan hanya mencegah terhadap penyakit atau masalah kesehatan, tetapi juga peningkatan kesehatan secara keseluruhan. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya preventif (pencegahan terhadap suatu penyakit atau masalah kesehatan) dan promotif (peningkatan derajat kesehatan) pada seseorang, sehingga dapat dikatakan sebagai pilar Indonesia Sehat 2010. (Ayu Annisa, 2021) Penerapan perilaku ini diharapkan dapat melibatkan semua lapisan masyarakat, termasuk anak usia dini.

Anak-anak usia dini memiliki kemampuan belajar yang sangat responsif. Dalam teori modelling Bandura disebutkan bahwa anak-anak memperoleh pengetahuan dari cara orang dewasa memperlakukan mereka. (Ansani, Samsir, 2022) Mereka juga belajar melalui pengamatan, pendengaran, dan pengalaman

terhadap berbagai kejadian. Proses pembelajaran anak-anak usia dini terjadi melalui observasi terhadap aktifitas yang dilakukan oleh orang tua atau guru mereka. Mereka juga belajar dari apa yang didengar dari orang dewasa di sekitar lingkungan mereka. Tindakan yang mereka amati dari orang tua menjadi bagian dari pengalaman mereka. Oleh karena itu, jika orang tua mengajarkan anak untuk membuang sampah pada tempatnya, kebiasaan tersebut akan menjadi bagian dari anak tersebut bahkan saat mereka tumbuh dewasa.

Adapun dampak positif apabila pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) diterapkan secara konsisten di sekolah hasilnya sangat menguntungkan:

- a. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran anak : Salah satu dampak langsung adalah peningkatan pemahaman anak tentang pentingnya kebersihan dan kesehatan. Mereka jadi mengetahui mengapa harus mencuci tangan, mengapa sampah harus dibuang pada tempatnya, dan bagaimana menjaga diri dari penyakit. Ini adalah fondasi penting untuk pertumbuhan perilaku.
- b. Peningkatan derajat kesehatan anak dan terhindar dari penyakit: Dengan mempraktikkan kebiasaan bersih, resiko

penularan berbagai penyakit menular seperti diare, cacingan, flu, dan infeksi kulit akan menurun drastis. Anak yang sehat cenderung lebih jarang sakit sehingga mereka bisa bermain dan belajar dengan optimal.

- c. Lingkungan sekolah lebih bersih, sehat, dan nyaman: PHBS membantu menciptakan lingkungan sekolah yang bebas dari sampah, genangan air, dan kotoran. Lingkungan yang bersih dan nyaman ini sangat kondusif untuk proses belajar mengajar.
- d. Peningkatan Konsentrasi belajar : Anak yang sehat dan berada di lingkungan yang nyaman akan lebih fokus saat belajar. Mereka tidak terganggu oleh rasa sakit atau ketidaknyamanan, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan prestasi akademik. (Mustar,et al 2018)

Sebaliknya, jika pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tidak diajarkan atau diabaikan di lingkungan sekolah, memiliki dampak negatif yang sangat merugikan:

- a. Peningkatan resiko penyakit menular: Ini adalah dampak paling serius. Diare, cacingan, TBC, kusta, dan infeksi kulit akan meningkat. Lingkungan sekolah yang kotor dan kebiasaan tidak sehat (seperti tidak

mencuci tangan sebelum makan, tidak mencuci tangan setelah dari toilet, menjadi media penularan penyakit yang cepat.

- b. Lingkungan sekolah yang kumuh dan tidak sehat: Tanpa kesadaran PHBS, sampah akan berserakan, toilet kotor, dan fasilitas umum tidak terawat. Ini menciptakan lingkungan yang jorok, bau, dan tidak nyaman, serta menjadi sarang penyakit.
- c. Penurunan kualitas pembelajaran dan prestasi akademik: Anak akan mudah sakit, akan sering absen atau tidak dapat belajar dengan efektif karena kondisi fisik yang tidak prima. Hal ini mengganggu proses belajar dan dapat berdampak negatif pada hasil akademik.
- d. Kurangnya pembentukan karakter disiplin dan tanggung jawab: PHBS juga mengajarkan tentang disiplin dan tanggung jawab terhadap diri sendiri dan lingkungan. Jika tidak dibiasakan, siswa mungkin tumbuh tanpa nilai-nilai penting ini. (Devi Pramita Sari 2020)

Terdapat banyak faktor yang memengaruhi kebiasaan hidup bersih dan sehat, termasuk lingkungan di rumah, masyarakat sekitar, pengajaran di sekolah, serta kurangnya teladan dari para guru atau kurangnya pengalaman dari anak-

anak itu sendiri. Meskipun kebiasaan ini dilakukan secara harian, kesadaran anak-anak dalam menerapkannya masih belum optimal. Mereka masih perlu dukungan untuk mencapai gambaran anak yang sehat, cerdas, dan ceria. Padahal sejatinya lingkungan tempat tinggal anak, mulai dari rumah hingga lingkungan institusi seperti sekolah atau tempat penitipan anak, memiliki peran yang tak terbantahkan dalam membentuk kebiasaan hidup mereka. Di rumah, kebiasaan sehari-hari yang ditunjukkan oleh orang tua atau anggota keluarga lainnya seringkali menjadi model utama yang memengaruhi anak. Ini termasuk rutinitas seperti menjaga kesehatan.

Penelitian ini memiliki kebaharuan dibandingkan studi sebelumnya. Pertama, fokusnya adalah pada konteks penerapan PHBS di lembaga PAUD yang berada di pedesaan, yakni SPS Waluyo, yang memiliki keterbatasan sarana dan prasarana. Hal ini penting karena sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan di sekolah perkotaan dengan fasilitas yang relatif memadai. Kedua, penelitian ini fokus pada pembiasaan strategi melalui kegiatan sederhana yang dilakukan secara rutin, berdasarkan keteladanan guru dan pendampingan yang konsisten, seperti kebiasaan mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, menjaga kebersihan lingkungan, serta penerapan pola hidup bersih dalam aktivitas belajar sehari-hari. Pendekatan sederhana berbasis pembiasaan harian ini diharapkan dapat menjadi model yang efektif bagi sekolah dengan fasilitas terbatas.

Menurut penelitian, Kegiatan PHBS di Lembaga Raudlatul Athfal Sundari Kraksaan terhambat dalam pelaksanaannya dikarenakan kurang memadainya sarana dan prasarana yang mendukung pelaksanaan PHBS, serta dalam lokasi penelitian tersebut pelaksanaan PHBS tidak dilakukan secara berkelanjutan.(Rozi et al., 2021) Selanjutnya menurut penelitian lain setelah melaksanakan kegiatan penyuluhan tentang PHBS di lingkungan SD YPK Malanu Kota Sorong memiliki permasalahan yaitu banyaknya anak yang terkena penyakit cacangan.(CitaAstuti et al., 2024) Adapun menurut penelitian lain di SPS Teratai masih banyak orang tua siswa yang tidak mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar, dan banyak siswa yang mengatakan sebelum makan mereka jarang mencuci tangan. Disisi lain, lingkungan institusi seperti sekolah dan tempat penitipan anak juga memiliki dampak yang signifikan. Di sekolah, peran guru sebagai contoh teladan dalam menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat memberikan pengaruh besar bagi anak-anak. Pola kegiatan di sekolah, termasuk program kesehatan dan pendidikan, dapat membentuk persepsi anak tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka peneliti akan melaksanakan penelitian dengan judul **“Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini di SPS (Satuan Paud Sejenis) Waluyo”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana implementasi pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia dini di SPS (Satuan Paud Sejenis) Waluyo?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia dini di SPS (Satuan Paud Sejenis) Waluyo?

C. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian berdasarkan rumusan masalah yang telah peneliti tentukan yaitu sebagai berikut:

- a. Mengetahui implementasi pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia dini di SPS (Satuan Paud Sejenis) Waluyo
- b. Mengetahui faktor pembiasaan yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SPS (Satuan Paud Sejenis) Waluyo

2. Manfaat Penelitian

Berdasarkan Penelitian diatas, dapat diperoleh beberapa manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan pemahaman serta menjadi referensi bagi pembaca terkait penerapan perilaku hidup bersih

dan sehat (PHBS) anak usia dini di lingkungan satuan pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Secara praktis pelaksanaan penelitian ini memperluas relasi peneliti terkait menerapkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini di lingkungan satuan pendidikan.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan saran/masukan dan motivasi dalam menerapkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini.

c. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai saran/masukan, media edukasi dan motivasi bahwa orang tua juga memiliki peran penting dalam menerapkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini.

d. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan atau referensi dalam melaksanakan penelitian serupa khususnya tentang

pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan objek lainnya.

D. Kajian Penelitian yang Relevan

1. Literatur Review

Berdasarkan pencarian dan keputusan yang dilakukan peneliti, peneliti menemukan data penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu yang berhubungan dan ada korelasinya dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti yang berkaitan dengan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini. Tujuan dari bab ini yaitu supaya tidak terjadi penelitian kajian yang sama dengan penelitian sebelumnya.

N o	Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Metode/Desain	Subjek/Sampel	Hasil Utama	Persamaan & Perbedaan
1	Anhusadar & Islamiyah (2020)	Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid-19	Survei Deskriptif	Orang tua anak PAUD di KB Sultan Qaimuddin & KB Nurul Maghfirah, Kendari	98% responden menerapkan PHBS dengan baik selama pandemi Covid-19	Persamaan: fokus PHBS anak usia dini. Perbedaan: lokasi di keluarga, masa pandemi; penelitian ini di SPS pasca-

						pandemi dengan teknik kualitatif.
2	Purbo, M.Z., Sari, A.P., dkk. (2022)	Pengenalan dan Implementasi PHBS dalam Pencegahan Stunting di PAUD Desa Ngerao	Pengabdian masyarakat	Anak-anak PAUD & pendidik	Pemahaman anak meningkat tentang PHBS dan bahaya stunting	Persamaan: PHBS pada anak usia dini. Perbedaan: fokus pencegahan stunting ; lokasi PAUD desa; penelitian ini fokus di SPS.
3	Aulia & Suparman (2023)	Sosialisasi PHBS pada Anak Usia Dini di SPS Teratai Kecamatan Subang	Observasi, wawancara, sosialisasi	Anak-anak, orang tua, guru SPS Teratai Subang	Peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa & orang tua terkait PHBS	Persamaan: PHBS di SPS. Perbedaan: metode sosialisasi; penelitian ini lebih pada implementasi sehari-hari.
4	Rozi dkk. (2021)	Strategi Kepala Sekolah	Studi kasus kualitatif	Kepala sekolah RA Umi	Strategi kepala sekolah	Persamaan: PHBS

		dalam Menerapka n Program PHBS		Sundari, Probolingg o	dalam perenca naan & pelaksan aan PHBS	di lembaga pendidi kan. Perbeda an: fokus peran kepala sekolah; peneliti an ini mencak up guru, siswa, lingkun gan SPS.
5	Panges tuti (2021)	Meningkatk an PHBS Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Metode Berbicara	PTK (Peneliti an Tindakan Kelas)	10 anak TK ABA Bendan Pekalonga n	Peningk atan PHBS dari 10% menjadi 80% setelah dua siklus	Persama an: PHBS anak usia dini. Perbeda an: PTK berbasis pembica raan; peneliti an ini pakai observa si, wawanc ara, dokume ntasi.
6	Fitriah Hayati & Reti Fatmal ia (2020)	Analisis PHBS di Lembaga PAUD Daerah 3T Aceh Besar pada Masa New	Kualitatif (wawanca ra & observasi)	Guru & anak TK Al-Ikhlas Aceh Besar	Strategi guru berupa pembias aan, praktik langsun g, dan	Persama an: PHBS anak usia dini. Perbeda an:

		Normal			pemberian pengetahuan	masa new normal; penelitian ini pasca-pandemi fokus di SPS.
7	Nurhasanah et al. (2021)	Health Promotion for Early Childhood through Clean and Healthy Living Behavior	Mixed Methods	Guru dan anak TK di Jakarta	Program promosi kesehatan meningkatkan praktik cuci tangan dan kebersihan diri	Persamaan: PHBS anak usia dini. Perbedaan: promosi kesehatan berbasis intervensi; penelitian ini kualitatif deskriptif.
8	Rahmawati & Kurniati (2022)	Edukasi PHBS Melalui Media Audio-Visual pada Anak Usia Dini	Eksperimen quasi	30 anak PAUD di Bandung	Media audio-visual meningkatkan pengetahuan dan praktik PHBS	Persamaan: tema PHBS. Perbedaan: pendekatan media; penelitian ini fokus pengamatan langsung di SPS.

9	Brown et al. (2020)	Hand Hygiene Education and Practice in Early Childhood Education Settings	Mixed Methods Study	Early childhood centers in Australia	Peningkatan praktik cuci tangan dan penurunan risiko penyakit setelah program pelatihan	Persamaan: PHBS/h and hygiene anak usia dini. Perbedaan: konteks internasional, program berbasis training.
10	Chukwu et al. (2021)	Cleanliness Habits and Early Childhood Development in Nigerian Preschools	Qualitative Case Study	Teachers, caregivers, and preschoolers	Perilaku bersih anak terbentuk melalui peran guru dan fasilitas pendukung	Persamaan: pembiasaan PHBS di sekolah. Perbedaan: lokasi internasional (Nigeria) dan fokus fasilitas.

E. Kajian Teori

Pentingnya membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini menjadi fokus penelitian ini. Kajian teori merupakan langkah kritis dalam merinci landasan konseptual dari permasalahan ini, yang melibatkan kontribusi berbagai ahli dalam berbagai bidang

1. Teori Belajar B.F. Skinner (Operant Conditioning)

Penelitian ini didasarkan pada teori behaviorisme operan yang dikembangkan oleh Burrhus Frederic Skinner, yang menekankan bahwa pembelajaran terjadi sebagai akibat dari konsekuensi yang mengikuti suatu perilaku. Dalam kerangka ini, Skinner menyatakan bahwa perilaku manusia tidak terjadi secara kebetulan, melainkan dibentuk dan dipertahankan melalui proses penguatan dan hukuman yang diberikan setelah perilaku tersebut dilakukan (Skinner, 1953). Teori ini sangat relevan dalam konteks penanaman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini, karena pada tahap perkembangan ini, anak-anak sangat responsif terhadap konsekuensi langsung dari tindakan mereka.

Menurut Skinner, perilaku yang diperkuat secara positif, seperti pujian, pelukan, atau hadiah kecil, cenderung diulang dan diperkuat, sementara perilaku yang tidak diperkuat atau diikuti oleh konsekuensi negatif secara bertahap akan memudar. Proses ini dikenal sebagai pengkondisian operan dan terdiri dari tiga bentuk utama: (1) penguatan positif, yang melibatkan pemberian sesuatu yang menyenangkan setelah perilaku yang diinginkan terjadi, seperti memberikan stiker ketika seorang anak mencuci tangannya; (2) penguatan negatif, yang melibatkan

penghilangan sesuatu yang tidak menyenangkan setelah anak menunjukkan perilaku baik, seperti mengurangi pengingat jika anak sudah terbiasa menjaga kebersihan; dan (3) hukuman, yang melibatkan pemberian konsekuensi yang bertujuan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, seperti teguran ringan karena membuang sampah sembarangan (Schunk, 2020).

Dalam praktik pendidikan anak usia dini, pendekatan ini dapat diimplementasikan secara langsung dalam kegiatan sehari-hari. Misalnya, ketika seorang anak mencuci tangan sebelum makan dan menerima pujian dari guru, tindakan ini menjadi perilaku operan yang diperkuat dan berpotensi menjadi kebiasaan. Demikian pula, perilaku lain, seperti membuang sampah dengan benar, menjaga kebersihan pribadi, atau menutup mulut saat bersin, dapat dianggap sebagai hasil dari proses modifikasi perilaku melalui penguatan sosial dan verbal yang konsisten dari guru dan orang tua. Dengan kata lain, mengembangkan kebiasaan PHBS pada anak bukan hanya hasil dari instruksi verbal, melainkan pembelajaran langsung dan pengalaman yang diperkuat oleh lingkungan sosial mereka.

Efektivitas pendekatan ini telah dibuktikan dalam berbagai penelitian, termasuk oleh Kim & Lim (2023), yang menyatakan bahwa penguatan positif yang diberikan dalam konteks pendidikan anak usia dini dapat

membentuk kebiasaan higiene yang berkelanjutan. Lebih lanjut, penelitian oleh Lemoine dkk. (2021) menunjukkan bahwa strategi penguatan yang konsisten mendorong internalisasi perilaku sehat dan meningkatkan kesadaran anak akan higiene sejak usia dini. Oleh karena itu, penerapan teori pengkondisian operan tidak hanya relevan secara teoritis tetapi juga efektif secara praktis dalam membentuk karakter anak dan bertanggung jawab atas higiene dan kesehatan mereka sendiri.

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

a. Definisi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian tindakan sadar dan terencana yang dilakukan oleh individu untuk memelihara, meningkatkan, dan melindungi kesehatan dirinya dan lingkungannya. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, PHBS merupakan bagian integral dari proses pembentukan karakter dan kebiasaan hidup sehat sejak dini. Penerapan PHBS mencakup kebiasaan-kebiasaan sederhana namun penting seperti mencuci tangan pakai sabun, menggunakan toilet dengan benar, menjaga kebersihan kuku, dan membuang sampah pada tempatnya. Kebiasaan-kebiasaan tersebut ditanamkan melalui pendekatan

pembelajaran yang menyenangkan dan konsisten, baik di sekolah maupun di rumah, dengan tujuan untuk membentuk anak yang mampu menjaga kesehatannya secara mandiri (Buku Saku PHBS dalam Layanan Pendidikan Anak Usia Dini, 2020; Maryunani, 2023). Menurut WHO (2020), membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak merupakan investasi kesehatan jangka panjang yang dapat mengurangi risiko penyakit menular dan meningkatkan kualitas hidup di masa dewasa.

Pemahaman tentang PHBS ini dapat dianalisis lebih mendalam menggunakan teori pengkondisian operan yang dikembangkan oleh B.F. Skinner pada tahun 1948. Skinner menyatakan bahwa perilaku manusia terbentuk sebagai respons terhadap stimulus lingkungan, yang diperkuat oleh konsekuensi, baik penguatan maupun hukuman. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, teori ini sangat relevan karena anak-anak berada pada tahap perkembangan yang sangat responsif terhadap penguatan positif seperti pujian, pelukan, bintang, atau bentuk apresiasi lainnya. Misalnya, ketika seorang anak menerima pujian karena mencuci tangan sebelum makan, perilaku tersebut lebih mungkin diulang. Sebaliknya, perilaku yang tidak

pantas, seperti membuang sampah sembarangan, dapat diperbaiki dengan hukuman edukatif, seperti pengingat yang tegas atau tugas-tugas edukatif yang ringan (Skinner, 1953; Schunk, 2020).

Dukungan terhadap teori Skinner juga ditemukan dalam studi-studi internasional yang menekankan pentingnya penguatan positif dalam membentuk kebiasaan anak. Penelitian oleh Lemoine dkk. (2021) dalam *International Journal of Early Childhood* menunjukkan bahwa anak-anak usia dini yang menerima penguatan positif secara konsisten menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku kebersihan di kelas. Lebih lanjut, sebuah studi oleh Kim & Lee (2022) dalam *Child Health Nursing Research* menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis penghargaan dapat meningkatkan kepatuhan anak terhadap rutinitas kebersihan harian. Lebih lanjut, penelitian oleh Xu dkk. (2023) dalam *Frontiers in Psychology* mengungkapkan bahwa anak-anak yang terbiasa menerima respons positif dari orang dewasa atas perilaku sehat menunjukkan keterlibatan emosional dan kognitif yang lebih besar dalam menjaga kebersihan pribadi mereka. Hal ini memperkuat keyakinan bahwa strategi pembelajaran yang

menekankan penguatan dapat memperkuat kebiasaan PHBS yang berkelanjutan.

Dengan demikian, penerapan PHBS dalam pendidikan anak usia dini tidak hanya berfungsi sebagai langkah promotif dan preventif di bidang kesehatan, tetapi juga sebagai media yang efektif untuk pembentukan karakter dan penguatan perilaku positif. Integrasi teori pengkondisian operan ke dalam praktik pembelajaran PHBS memberikan landasan yang kuat bagi para pendidik dan orang tua untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan perilaku sehat pada anak.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) secara umum mengacu pada perilaku yang berkaitan dengan upaya atau aktivitas seseorang yang secara sadar untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan diri sendiri serta berperan aktif dalam aktifitas masyarakat. (Maryunani, 2023) Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pendidikan anak usia dini adalah seperangkat perilaku yang dilakukan oleh peserta didik dan guru di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, untuk membantu siswa secara mandiri mencegah penyakit dan

menjaga kesehatan. (*Buku Saku Program PHBS Di Layanan PAUD*, 2020)

Menurut Skinner (1948), dasar-dasar pengkondisian operan adalah proses di mana perilaku individu dipelajari dan dimodifikasi melalui prinsip-prinsip penguatan dan hukuman. Skinner menjelaskan bahwa perilaku manusia dibentuk melalui interaksi dengan lingkungan. Jika suatu perilaku menghasilkan konsekuensi yang menyenangkan (penguatan positif), kecenderungan individu untuk mengulangi perilaku tersebut meningkat. Sebaliknya, jika perilaku tersebut diikuti oleh konsekuensi yang tidak menyenangkan (hukuman), kemungkinan perilaku tersebut muncul berkurang.

Hal ini sejalan dengan pendapat (Maulidia et al., 2020) yang menjelaskan bahwa perilaku anak dapat dibentuk secara sistematis melalui penguatan yang diberikan dalam lingkungan belajar yang konsisten. Beliau menambahkan bahwa anak usia dini sangat responsif terhadap bentuk-bentuk penguatan positif seperti pujian, hadiah kecil, dan dukungan verbal dari guru dan orang tua,

sehingga strategi ini sangat tepat untuk pendidikan anak usia dini.

Teori lain yang mendukung prinsip ini adalah *Cognitive Evaluation Theory* juga menyebutkan bahwa penguatan eksternal yang diberikan dengan cara yang mendukung otonomi anak dapat meningkatkan motivasi intrinsik mereka (Ryan & M., 2013). Menjadikan pembiasaan PHBS lebih lestari dan berakar pada kemauan internal. Implementasi PHBS ini secara nyata memberikan dampak positif, yaitu peningkatan pengetahuan dan kesadaran anak, perubahan perilaku positif, serta peningkatan derajat kesehatan yang memungkinkan anak terhindar dari berbagai masalah kesehatan seperti diare dan infeksi kulit (Mustar et al., 2018).

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sehingga diri sendiri dapat menjaga kesehatan dirinya sendiri dan membiasakan hingga dewasa. Berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. (Margowati & Astuti, 2020) Berdasarkan pengertian tersebut, didefinisikan PHBS adalah segala tindakan

untuk menjaga kesehatan yang dilakukan atas kesadaran individu, yang memungkinkan keluarga dan semua anggotanya untuk mengurus kesehatannya sendiri dan turut berperan aktif dalam kegiatan masyarakat.

Menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat merupakan tindakan yang dilakukan sesuai dengan aturan yang berhubungan dengan kesehatan pribadi, tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kesehatan dengan menyadarkan masyarakat secara bertahap tentang pentingnya hidup bersih (Anhusadar, Islamiyah, 2020). Hal ini sejalan dengan pendapat (Soedjatmoko, 1984) mengenai pentingnya lingkungan yang mendukung kesejahteraan, bahwa kondisi lingkungan fisik dan sosial secara langsung memengaruhi kesehatan dan produktivitas manusia. Lingkungan yang bersih, aman, dan lestari adalah fondasi bagi masyarakat yang sehat dan produktif.

PHBS bukan hanya tentang kebersihan personal, tetapi juga tentang tanggung jawab kolektif terhadap lingkungan. Dengan demikian, penerapan PHBS di tingkat individu, keluarga, dan masyarakat menjadi langkah

konkret menuju terciptanya lingkungan yang mendukung kesehatan dan pembangunan yang berkelanjutan, sebuah visi yang sangat diadvokasi oleh Soedjatmoko. PHBS adalah serangkaian perilaku yang dapat diimplementasikan atas dasar adanya kesadaran sebagai hasil suatu pembelajaran dan menjadikan seseorang atau keluarga yang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan setinggi-tingginya.

b. Tujuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Tujuan utama Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah menumbuhkan pola perilaku sehat dan bertanggung jawab sejak dini. PHBS tidak hanya berfokus pada pencegahan penyakit, tetapi juga pada pengembangan karakter, nilai-nilai tanggung jawab, dan kesadaran sosial akan pentingnya menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan. Dalam konteks teori pengkondisian operan yang dikembangkan oleh B.F. Skinner, pembentukan kebiasaan PHBS pada anak usia dini bukanlah hasil dari instruksi satu arah, melainkan proses pembelajaran yang sistematis,

bertahap, dan konsisten. Proses ini melibatkan interaksi antara anak dan lingkungannya, di mana setiap perilaku yang terjadi menerima konsekuensi tertentu, baik penguatan maupun hukuman, yang secara langsung memengaruhi frekuensi perilaku tersebut di masa mendatang (Skinner, 1953; Schunk, 2020).

Misalnya, ketika seorang anak mencuci tangan sebelum makan dan menerima pujian atau apresiasi dari guru, perilaku tersebut diperkuat dan lebih mungkin diulangi di masa mendatang. Hal ini sejalan dengan prinsip penguatan positif dalam teori Skinner, yang menyatakan bahwa perilaku yang mendapatkan konsekuensi menyenangkan akan meningkatkan frekuensinya (Ormrod, 2020). Proses ini dikenal sebagai pembentukan kebiasaan, yaitu pengembangan perilaku melalui pengulangan dan penguatan positif. Penelitian oleh Lemoine dkk. (2021) menunjukkan bahwa menumbuhkan perilaku higienis pada anak, dikombinasikan dengan penguatan positif yang konsisten, dapat meningkatkan kepatuhan terhadap praktik kesehatan sehari-hari di lingkungan sekolah.

Lebih luas lagi, tujuan PHBS adalah menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi pembentukan kebiasaan sehat, tidak hanya melalui instruksi langsung dari pendidik tetapi juga melalui panutan dan dukungan lingkungan baik di rumah maupun di sekolah. Lingkungan yang responsif dan konsisten yang memperkuat perilaku positif memainkan peran penting dalam mempertahankan dan memperkuat perilaku tersebut. Lebih lanjut, penelitian oleh Park & Kim (2022) menekankan bahwa kolaborasi antara orang tua dan guru dalam memperkuat perilaku sehat sangat efektif dalam membentuk karakter dan tanggung jawab anak terhadap kebersihan pribadi. Dengan demikian, PHBS bukan hanya sekadar sarana pendidikan kesehatan, tetapi juga bagian dari pendidikan karakter anak sejak dini, yang membekali mereka dengan nilai-nilai tanggung jawab, disiplin, dan kepedulian sosial terhadap kebersihan dan kesehatan.

Tujuan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah untuk meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat secara keseluruhan dengan mengadopsi perilaku-perilaku sehat. Ini termasuk upaya untuk

mencegah penyakit, mempromosikan kebersihan, meningkatkan kesehatan mental dan fisik, serta mengurangi resiko terkena penyakit menular dan non-menular. PHBS juga bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat bagi individu dan komunitas (Madanih et al., 2019).

Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sudah umum diketahui oleh masyarakat. Ini berkaitan dengan tindakan seseorang terhadap kebersihan lingkungan, yang dapat berdampak pada kesehatannya. Penerapan PHBS membantu mencegah beberapa penyakit seperti diare, Demam Berdarah Dengue (DBD), flu burung, dan bahkan covid-19 yang menjadi pandemi global sejak akhir tahun 2019. Ada berbagai faktor yang mendukung PHBS, termasuk kesehatan lingkungan di sekitar tempat tinggal individu. Pencegahan penyakit di berbagai aspek kehidupan memerlukan penerapan PHBS, baik itu dalam lingkup rumah tangga maupun di lingkungan rumah sakit.

Menurut Anwar Sani beliau menggarisbawahi pentingnya pola makan sehat dan kebiasaan hidup bersih yang ditanamkan

sejak dini untuk membentuk dasar kesehatan yang kuat bagi anak di masa depan (Reny Salim, 2024). Pentingnya pola makan sehat dan kebersihan pribadi pada anak usia dini tidak dapat disangkal karena memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan dan perkembangan anak. Pola makan sehat yang mencakup asupan nutrisi yang seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak. Nutrisi yang cukup akan membantu membangun tulang, otot, dan sistem kekebalan tubuh yang kuat, serta mencegah penyakit kronis dimasa depan seperti obesitas dan diabetes.

Selain itu kebersihan pribadi juga menjadi hal yang sangat berpengaruh dalam menjaga kesehatan anak. Kebiasaan hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan secara teratur dapat mencegah penularan penyakit infeksi yang dapat mengganggu kesehatan mereka. Mengajarkan anak tentang kebersihan pribadi sejak dini juga membuat mereka mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri.

Dengan memperhatikan pola makan sehat dan kebersihan pribadi sejak usia dini, orang

tua dan pendidik dapat membantu menciptakan dasar kesehatan yang kuat bagi anak-anak. Hal ini akan memberikan mereka fondasi yang kokoh untuk tumbuh dan berkembang dengan optimal, serta membentuk gaya hidup yang sehat yang berkelanjutan dimasa depan. Penting diingat bahwa mendidik anak tentang pentingnya pola makan sehat dan kebersihan pribadi bukan hanya untuk kepentingan saat ini, tetapi juga untuk investasi jangka panjang dalam kesehatan dan kesejahteraan mereka.

c. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini

Dalam konteks pendidikan anak usia dini, pembentukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) akan jauh lebih efektif jika diintegrasikan dengan prinsip-prinsip pengkondisian operan yang dikembangkan oleh B.F. Skinner. Anak-anak pada usia dini ini berada dalam fase perkembangan perilaku yang sensitif, sehingga mereka sangat responsif terhadap penguatan positif. Guru dan orang tua berperan sebagai penguat, yang secara langsung memengaruhi kecenderungan anak untuk mengulangi atau menghindari suatu perilaku. Beberapa perilaku PHBS yang perlu

dikembangkan antara lain mencuci tangan setelah bermain dan sebelum makan, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan toilet bersih, sarapan setiap pagi, menyikat gigi secara teratur, dan menutup mulut saat bersin. Ketika seorang anak menunjukkan salah satu perilaku sehat ini dan langsung diperkuat dengan pujian verbal ("Bagus, kamu sudah mencuci tangan!"), senyuman hangat, atau stiker bintang, proses pembentukan kebiasaan tersebut diperkuat dan kemungkinan besar akan menjadi perilaku permanen. Sebaliknya, ketika seorang anak tidak menunjukkan perilaku sehat, guru dapat memberikan penguatan negatif yang ringan, seperti tidak memberikan stiker hari itu atau memberikan pengingat yang bersifat edukatif.

Skinner (1953) menekankan bahwa konsistensi dalam penguatan sangat penting agar perilaku yang diinginkan menjadi perilaku operan yang stabil. Dalam lingkungan pendidikan anak usia dini (PAUD), konsistensi ini biasanya dicapai melalui rutinitas harian yang jelas, penggunaan jadwal visual yang membantu anak-anak memahami urutan kegiatan, dan sistem penghargaan yang terencana dan adil. Penelitian oleh Kwon dan Lee (2021) dalam

Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini menunjukkan bahwa anak-anak yang menerima penguatan positif yang konsisten dalam konteks pembelajaran higiene menunjukkan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi terhadap praktik PHBS dibandingkan kelompok kontrol. Lebih lanjut, sebuah studi oleh Rahmawati dan Suryana (2022) di beberapa lembaga pendidikan anak usia dini di Indonesia juga menunjukkan bahwa penerapan penguatan positif yang terstruktur membantu anak-anak menginternalisasi perilaku sehat dan menunjukkan perubahan yang signifikan dalam kebiasaan sehari-hari. Oleh karena itu, menerapkan strategi penguatan sebagai bagian dari desain lingkungan belajar tidak hanya relevan tetapi juga merupakan fondasi penting untuk menumbuhkan budaya hidup bersih dan sehat sejak usia dini.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam pendidikan anak usia dini adalah seperangkat perilaku yang dilakukan oleh peserta didik dan guru di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, untuk membantu siswa secara mandiri mencegah penyakit dan menjaga Kesehatan (Maryunani, 2023).

1) Penerapan PHBS di Sekolah

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Tujuan Umum PHBS di Sekolah adalah memperdayakan setiap siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tau, mau, dan mampu menolong diri sendiri di bidang kesehatan dengan menerapkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat (Indonesia, 2009).

PHBS di sekolah merupakan upaya membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat bagi siswa dan guru di institusi pendidikan untuk mengenali masalah dan tingkat kesehatannya, serta mampu mengatasi, memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sendiri. Beberapa aktifitas PHBS di sekolah meliputi:

- a. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun,

Untuk memastikan kuman terbilas tuntas, bukan hanya berpindah tempat, bisa dilakukan di waktu-waktu yang penting seperti sebelum makan, setelah menggunakan toilet, setelah batuk atau bersin, dan setelah bermain atau melakukan aktivitas di luar ruangan.

b. Mengonsumsi bekal yang sehat,

Membawa dan mengonsumsi bekal yang sehat dari rumah merupakan kebiasaan yang sangat dianjurkan, makanan yang mengandung gizi seimbang, disiapkan dengan bersih dan disimpan dalam wadah tertutup yang bersih untuk mencegah kontaminasi, membatasi makanan olahan instan, yang cenderung tinggi gula, garam, dan lemak tidak sehat yang kurang baik untuk jangka panjang.

c. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat,

Penggunaan jamban yang bersih dan sehat sangat krusial untuk menjaga sanitasi lingkungan sekolah

dan mencegah penyebaran penyakit yang berhubungan dengan kotoran manusia. Jamban yang kotor dapat menjadi sarang kuman dan sumber penularan berbagai penyakit seperti diare, kolera, disentri, dan cacingan. Dengan memastikan jamban bersih dan sehat, serta mengedukasi siswa untuk menggunakannya dengan benar

d. Olahraga yang teratur dan terukur,

Olahraga yang teratur dan terukur berperan penting dalam menjaga kesehatan fisik dan mental siswa. Aktivitas fisik secara rutin membantu meningkatkan kebugaran jantung dan paru-paru, sehingga tubuh lebih kuat dan tidak mudah lelah, memperkuat otot dan tulang, mendukung pertumbuhan fisik yang optimal, menjaga berat badan ideal dan mencegah obesitas, yang dapat memicu berbagai penyakit.

e. Memberantas jentik nyamuk,

Memberantas jentik nyamuk adalah langkah preventif yang sangat efektif untuk mencegah penularan

penyakit demam berdarah dengue (DBD) dan penyakit lain yang ditularkan oleh nyamuk. Nyamuk *Aedes aegypti*, pembawa virus DBD, berkembang biak di genangan air bersih. Dengan memberantas jentik nyamuk secara rutin di lingkungan sekolah, mengurangi adanya nyamuk sehingga risiko gigitan nyamuk dan penularan penyakit berkurang drastis, menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan sehat dari ancaman DBD, membiasakan siswa untuk peduli terhadap kebersihan lingkungan di sekitar mereka.

f. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap satu bulan,

Pengukuran berat badan dan tinggi badan secara rutin setiap bulan penting untuk memantau status gizi dan pertumbuhan siswa. Data ini dapat memberikan gambaran awal apakah siswa mengalami, gizi kurang atau gizi buruk, yang membutuhkan intervensi gizi segera, gizi lebih atau

obesitas, yang juga memerlukan perhatian untuk mencegah masalah kesehatan di masa depan seperti diabetes atau penyakit jantung, pertumbuhan yang tidak sesuai dengan usianya, yang mungkin mengindikasikan adanya masalah kesehatan lain.

g. Membuang sampah pada tempatnya,

Membuang sampah pada tempatnya adalah kebiasaan dasar yang sangat penting untuk menjaga kebersihan, keindahan, dan kesehatan lingkungan sekolah. Sampah yang berserakan dapat menjadi sarang penyakit karena menarik serangga dan tikus pembawa kuman, mencemari lingkungan (tanah, air, dan udara), mengganggu estetika dan kenyamanan lingkungan belajar, menyumbat saluran air, yang dapat menyebabkan banjir (Margowati & Astuti, 2017)

2) Indikator Pelaksanaan PHBS di PAUD

Ada beberapa indikator Pelaksanaan PHBS di PAUD dalam Perspektif Skinner :

Indikator keberhasilan penerapan PHBS di lingkungan PAUD dapat dilihat dari perilaku sehari-hari anak yang menunjukkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. Skinner (1948) mengemukakan bahwa setiap perilaku yang diperkuat dengan stimulus positif cenderung diulang. Oleh karena itu, indikator seperti anak mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah dengan benar, atau merapikan mainannya dapat menjadi perilaku operan yang terbentuk melalui penguatan yang konsisten.

Masing-masing indikator ini pada dasarnya merupakan target perilaku yang dapat dipelajari melalui penguatan positif (misalnya, pujian atau hadiah kecil), penguatan negatif (menghilangkan rasa tidak nyaman ketika anak berperilaku baik), atau hukuman edukatif (misalnya, teguran ringan). Berikut adalah contoh penerapan indikator

PHBS menggunakan pendekatan Skinner:

- a. Anak mencuci tangan sebelum makan: diberikan pujian seperti “Kamu hebat, sudah ingat cuci tangan!”, yang berfungsi sebagai reinforcer positif.

- b. Anak merapikan mainan sendiri: diberikan bintang prestasi yang dapat ditukar dengan hadiah mingguan.
- c. Anak buang air kecil di tempatnya: jika berhasil selama seminggu penuh, anak boleh memilih aktivitas favorit saat bermain bebas.

Ada beberapa indikator pelaksanaan PHBS di lingkungan PAUD:

- a. Anak membuang sampah pada tempatnya, dapat mengajarkan anak pentingnya kebersihan lingkungan, dapat mencegah penumpukan sampah yang menjadikan sarang kuman dan penyakit, serta menciptakan lingkungan yang bersih dan nyaman untuk belajar dan bermain.
- b. Anak merapikan sendiri permainannya, dapat melatih rasa tanggung jawab anak terhadap barang-barang pribadi dan lingkungan sekitarnya.
- c. Anak mencuci tangan dengan sabun setelah bermain, Dapat menghilangkan kuman dan bakteri yang menempel di tangan setelah

berinteraksi dengan berbagai benda dan permukaan.

- d. Anak membantu membersihkan lingkungan sekolah ataupun rumah, menanamkan rasa memiliki dan tanggung jawab terhadap lingkungan sekolah dan rumah. Ini juga mengajarkan kerjasama dan kebersamaan dalam menjaga kebersihan sekolah, serta melatih keterampilan motorik halus dan kasar.
- e. Anak merapikan sandal dan sepatu pada tempatnya, dapat melatih kedisiplinan dan kerapian. Ini juga dapat membantu menjaga kebersihan area kelas.
- f. Menutup mulutnya dengan tangan bagian dalam siku atau menggunakan tisu ketika bersin, dapat mencegah penyebaran *droplet* atau tetesan liur yang mengandung kuman penyakit, dan melindungi orang lain dari penyakit menular.
- g. Anak buang air besar dan kecil pada tempatnya, dengan hal ini anak dapat belajar menjaga etika dan kebersihan

sanitasi yang sangat fundamental untuk kesehatan pribadi dan masyarakat dan dapat mencegah penyebaran kuman dan penyakit pencernaan seperti diare.

- h. Anak mandi 2 kali sehari, kebersihan tubuh sangat penting untuk kesehatan.

Mandi secara teratur membersihkan kulit dari kotoran dan kuman yang menumpuk sepanjang hari, dengan ini kulit dan tubuh terbebas dari kuman, debu, dan keringat sehingga mencegah penyakit kulit.

- i. Anak cuci tangan dengan sabun sebelum makan, Tangan seringkali menjadi media penularan kuman, dengan mencuci tangan sebelum makan adalah langkah yang sangat penting untuk mencegah infeksi saluran pencernaan, mencegah masuknya kuman dan penyakit dari tangan ke dalam tubuh.

- j. Anak terbiasa sarapan pagi, sarapan pagi adalah waktu makan terpenting untuk mengisi ulang energi setelah tidur semalam, membantu fungsi otak

,danmencegah anak ,udah sakit.
Dapat memberikan energi yang cukup untuk beraktifitas dan belajar di pagi hari, meningkatkan konsentrasi, dan menjaga daya tahan tubuh.

k. Anak makan 3 kali dalam sehari, dengan pola makan teratur membantu menjaga metabolisme tubuh, menstabilkan kadar gula darah, dan memastikan asupan nutrisi yang cukup untuk anak yang sedang dalam masa pertumbuhan.

l. Anak minum susu tiap hari, susu adalah sumber kalsium, protein, dan vitamin D yang baik, sangat penting untuk perkembangan tulang, otot, dan sistem kekebalan tubuh anak. Memenuhi kebutuhan kalsium untuk pertumbuhan tulang dan gigi yang kuat, serta menyediakan nutrisi penting lainnya.

m. Anak makan makanan bergizi, gizi seimbang adalah fondasi utama kesehatan anak. Makanan bergizi meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mendukung perkembangan

kognitif, dan mencegah kekurangan gizi. Memastikan anak mendapatkan semua nutrisi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral) yang diperlukan untuk pertumbuhan, perkembangan otak, dan daya tahan tubuh.

n. Anak jika keluar rumah menggunakan masker, Masker berfungsi sebagai penghalang fisik untuk droplet yang mengandung kuman, melindungi anak dari menghirup atau menyebarkan kuman ke orang lain. dengan menggunakan masker dapat mencegah penularan dan penyebaran penyakit pernapasan, terutama di tempat ramai atau saat ada wabah.

o. Anak jika sudah kembali ke rumah langsung mandi dan mengganti baju, Pakaian dan tubuh dapat membawa kuman dari luar. Mandi dan berganti baju segera setelah tiba di rumah mengurangi risiko penyebaran kuman ke anggota keluarga lain dan lingkungan dalam rumah, dengan

membersihkan tubuh dari kuman, debu, dan polusi yang menempel dari luar rumah, mencegah masuknya kuman ke dalam lingkungan rumah.

- p. Anak suka berjemur di pagi hari, Sinar matahari pagi adalah sumber alami Vitamin D terbaik. Paparan yang cukup membantu mencegah risiko kekurangan Vitamin D dan mendukung pertumbuhan tulang yang sehat (Anhusadar & Islamiyah, 2020).

3. Anak Usia Dini

a. Pengertian Anak Usia dini

Anak usia dini (0–6 tahun) merupakan fase kritis dalam perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Mereka memiliki tingkat plastisitas tinggi terhadap rangsangan lingkungan, termasuk dalam pembentukan perilaku (Khairi, 2018). Dalam konteks teori Skinner, usia dini adalah masa yang sangat ideal untuk pengkondisian operan, karena anak-anak sedang aktif mengeksplorasi dan cenderung meniru serta merespon terhadap konsekuensi dari tindakan mereka.

Anak usia dini merujuk kepada anak-anak yang berusia antara 0 hingga 6 tahun yang

sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat (Khairi, 2018). Mereka membutuhkan rangsangan yang sesuai untuk memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan mereka mencapai potensi maksimal. Rangsangan ini dapat diberikan melalui lingkungan keluarga atau melalui lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), baik yang bersifat nonformal seperti tempat penitipan anak (TPA) atau kelompok bermain (KB), maupun yang bersifat formal seperti taman kanak-kanak (TK) dan Raudatul Athfal (RA). Anak usia dini sebagai individu yang berbeda, unik, dan memiliki karakteristik tersendiri sesuai dengan tahapan usianya. Pada masa ini stimulasi seluruh aspek perkembangan memiliki peran penting untuk tugas perkembangan selanjutnya (Muliasa, 2018).

b. Pendidikan untuk Anak Usia Dini

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan wahana strategis untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat (PHBS) melalui pendekatan behavioris. Kegiatan rutin di PAUD dapat dirancang sebagai situasi pembelajaran yang memberikan stimulus positif ketika anak-anak terlibat dalam perilaku sehat. Misalnya:

Saat anak-anak sarapan, guru dapat menyanyikan lagu-lagu ceria tentang makan sehat, yang menciptakan asosiasi positif. Ketika anak-anak membuang sampah dengan benar, guru dapat langsung memberi mereka stiker "Anak Hebat".

Menurut Undang-undang Sisdiknas tahun 2003 pasal 1 ayat 14, usaha untuk memperkuat perkembangan anak usia 0-6 tahun agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut dilakukan melalui Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) (Anon 2023). PAUD dapat dijalankan melalui berbagai bentuk, termasuk pendidikan formal, nonformal, dan informal. Bentuk formal PAUD melibatkan taman kanak-kanak (TK) dan Raudatul Athfal (RA), serta bentuk serupa lainnya.

Sedangkan bentuk nonformalnya adalah kelompok bermain (KB) dan taman penitipan anak (TPA), sementara PAUD pada jalur pendidikan informal terwujud melalui pendidikan di lingkungan keluarga atau di lingkungan masyarakat seperti bina keluarga balita, posyandu yang terintegrasi dengan PAUD, atau satuan PAUD sejenis (SPS).

c. Karakteristik Anak Usia Dini

Anak usia dini memiliki karakteristik perkembangan yang unik, seperti spontan, senang diperhatikan, merespons pujian dengan cepat, dan belajar optimal melalui pengalaman langsung. Karakteristik inilah yang menjadikan anak usia dini target yang sangat tepat untuk penerapan teori pengkondisian operan yang dikembangkan oleh B.F. Skinner. Secara praktis, teori ini dapat diimplementasikan secara efektif karena anak-anak didorong untuk mengulangi perilaku baik ketika diperkuat secara langsung dengan penguatan positif. Misalnya, anak yang spontan dan senang menerima pujian akan lebih mungkin mengulangi perilaku baik seperti mencuci tangan atau merapikan mainannya jika pujian verbal diberikan segera setelah tindakan tersebut. Demikian pula, anak-anak dengan rasa ingin tahu yang tinggi akan lebih mudah didorong untuk mengeksplorasi perilaku hidup bersih dan sehat jika aktivitas tersebut disajikan dengan cara yang menyenangkan dan disertai unsur penghargaan, seperti permainan atau hadiah kecil.

Lebih lanjut, karena memori jangka pendek anak usia dini masih berkembang,

penguatan untuk perilaku yang diinginkan harus diberikan segera dan berulang kali. Hal ini bertujuan untuk membentuk hubungan yang kuat antara perilaku (stimulus) dan konsekuensinya (respons). Penguatan yang konsisten selama periode waktu tertentu akan membantu anak-anak menginternalisasi perilaku tersebut sebagai bagian dari kebiasaan mereka. Oleh karena itu, penguatan strategi berbasis karakteristik anak usia dini menjadi landasan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang efektif dan kondusif dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat.

Anak usia dini memiliki karakteristik yang berbeda dengan orang dewasa, karena anak usia dini tumbuh dan berkembang dengan banyak cara dan berbeda. Dalam pertumbuhan dan perkembangan anak ada beberapa karakteristik yang meliputi aspek motorik, aspek kognitif, aspek sosio-emosional, dan aspek Bahasa (Rahman, 2009). Setiap aspek memiliki peran penting dalam mendukung kesuksesan belajar anak, karena jika terjadi gangguan dalam perkembangan, anak akan mengalami kesulitan dalam proses belajarnya.

Beberapa karakteristik anak usia dini sebagai berikut,

- a. Setiap anak memiliki keunikan yang membedakan satu sama lain. Mereka membawa sifat bawaan, minat, kemampuan, dan latar belakang kehidupan yang berbeda-beda.
- b. Anak cenderung egosentris, dengan melihat dan memahami hal-hal dari perspektif dan kepentingannya sendiri. Bagi anak, relevansi suatu hal ditentukan oleh keterkaitannya dengan dirinya sendiri.
- c. Anak aktif dan penuh energi, mereka senang melakukan aktivitas dan tampaknya tidak pernah lelah atau bosan, terutama saat dihadapkan pada hal-hal yang baru dan menantang.
- d. Anak memiliki rasa ingin tahu yang kuat dan antusias terhadap banyak hal. Mereka cenderung memperhatikan, membicarakan, dan bertanya tentang berbagai hal yang mereka lihat dan dengar, terutama yang baru bagi mereka.
- e. Sifat eksploratif dan jiwa petualang kuat pada anak, mereka terdorong oleh rasa ingin tahu

yang besar dan senang menjelajah serta mempelajari hal-hal baru.

- f. Anak bersikap spontan, tindakan mereka biasanya autentik dan mencerminkan apa yang mereka rasakan dan pikirkan tanpa dibuat-buat.
- g. Mereka senang dan kreatif dalam hal fantasi. Anak tidak hanya menikmati cerita-cerita imajinatif dari orang lain, tetapi juga senang menceritakan cerita tersebut kepada orang lain.
- h. Anak masih rentan terhadap frustrasi, mereka cenderung merasa kecewa ketika menghadapi sesuatu yang tidak sesuai keinginan dan mudah menunjukkan emosi seperti menangis atau marah.
- i. Anak masih kurang mempertimbangkan risiko dalam melakukan sesuatu, mereka belum memiliki pertimbangan yang matang, terutama tentang hal-hal yang dapat membahayakan mereka.
- j. Daya perhatian anak biasanya singkat, kecuali terhadap hal-hal yang secara intrinsik menarik dan menyenangkan.
- k. Mereka sangat bersemangat untuk belajar dan banyak belajar dari pengalaman, senang

melakukan aktivitas yang menghasilkan perubahan dalam perilaku mereka sendiri.

1. Anak mulai menunjukkan minat untuk berinteraksi dan bekerja sama dengan teman seiring bertambahnya usia dan perkembangannya.

4. Teori (Skinner dan PHBS)

Secara keseluruhan, teori pengkondisian operan yang dikembangkan oleh B.F. Skinner sangat relevan dan aplikatif dalam membentuk Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini. Teori ini menekankan pentingnya stimulus lingkungan dalam membentuk perilaku melalui dua mekanisme utama: penguatan dan hukuman. Penguatan positif, seperti pujian, stiker, atau hadiah kecil, dapat meningkatkan kemungkinan anak mengulangi perilaku sehat. Sementara itu, hukuman edukatif seperti teguran ringan atau pencabutan hak istimewa sementara dapat digunakan untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.

Ketika prinsip ini diterapkan secara konsisten dan sistematis, perilaku seperti mencuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, atau menggunakan toilet bersih dapat dibentuk dan diperkuat hingga menjadi kebiasaan sehari-hari (Skinner, 1953; Schunk, 2020).

Peran guru dan orang tua dalam konteks ini sangat krusial. Mereka berperan sebagai fasilitator yang bertugas menciptakan lingkungan belajar yang kaya akan stimulus positif, sehingga setiap interaksi antara anak dan lingkungannya berpotensi untuk pembelajaran perilaku. Penelitian oleh Lemoine, Bouchard, dan Guay (2021) dalam *International Journal of Early Childhood* menyatakan bahwa anak-anak di lingkungan pendidikan yang secara konsisten menerapkan penguatan positif menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku higienis dan kemandirian.

Sebuah studi oleh Kim dan Lim (2023) dalam *Early Child Development and Care* menegaskan bahwa penggunaan penghargaan sistematis dalam mengajarkan perilaku sehat menghasilkan retensi perilaku yang lebih tinggi dibandingkan pendekatan instruksional saja. Lebih lanjut, dengan memahami bagaimana mekanisme perilaku bekerja menurut perspektif Skinner, pendidik anak usia dini tidak hanya berfokus pada penyampaian pengetahuan kesehatan tetapi juga pada pelatihan anak-anak untuk menginternalisasi nilai-nilai ini hingga menjadi kebiasaan yang mandiri dan berkelanjutan.

Proses ini terjadi melalui pembentukan lingkaran kebiasaan siklus stimulus respons penguatan yang secara bertahap mengubah tindakan yang awalnya dikendalikan oleh faktor eksternal menjadi perilaku intrinsik. Hal ini didukung oleh penelitian oleh Xu dkk. (2022) dalam *Frontiers in Psychology*, yang menunjukkan bahwa penguatan yang diberikan pada tahap awal pembelajaran mengalami efek generalisasi, di mana anak-anak cenderung menerapkan perilaku positif ini dalam berbagai konteks, termasuk di rumah.

Dengan demikian, pendekatan Skinner tidak hanya efektif dalam membentuk perilaku jangka pendek, tetapi juga meletakkan fondasi jangka panjang bagi gaya hidup sehat anak-anak. Perilaku bersih dan sehat yang ditanamkan sejak dini melalui strategi penguatan sistematis dapat menjadi aset penting dalam membentuk karakter anak, meningkatkan kualitas hidup mereka, dan mencegah penyakit di masa mendatang. Oleh karena itu, penting bagi lembaga pendidikan anak usia dini untuk merancang kurikulum dan lingkungan belajar yang berorientasi pada pembinaan perilaku sehat berdasarkan prinsip penguatan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini di SPS Waluyo Jl Pakis 1, Dlingo, Dlingo Koripan 2, Dlingo, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Maka dapat disimpulkan beberapa hal penting sebagai berikut:

1. Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini di SPS Waluyo menunjukkan keberhasilan signifikan berkat pendekatan edukatif dan berkesinambungan. Strategi yang digunakan meliputi pembiasaan rutin, penyampaian materi sederhana, praktik langsung, dan pemanfaatan media edukasi. Peran guru yang sabar, telaten, dan konsisten sangat krusial dalam membimbing anak, terutama yang masih malu atau belum mandiri.
2. Kesuksesan ini juga didorong oleh faktor pendukung seperti peran aktif guru sebagai teladan, ketersediaan fasilitas sekolah yang memadai, program terstruktur, lingkungan sosial positif, serta dukungan penuh dan konsisten dari orang tua. Kolaborasi antara sekolah dan orang tua memastikan pengalaman belajar yang konsisten bagi anak, baik di sekolah maupun di rumah, sehingga memperkuat pembiasaan PHBS sejak

dini. Meskipun demikian, terdapat tantangan berupa faktor penghambat seperti pola asuh orang tua yang memanjakan, perbedaan tingkat perkembangan individu anak, dan potensi penolakan perilaku. Namun, secara keseluruhan, upaya PHBS di SPS Waluyo telah berhasil membentuk pemahaman dan praktik kebersihan pada anak-anak, yang juga mampu mereka terapkan di lingkungan rumah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat disampaikan oleh peneliti untuk mendukung peningkatan kualitas pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini di lingkungan SPS Waluyo adalah sebagai berikut:

1. Disarankan bagi sekolah

Dianjurkan kepada pihak sekolah untuk melakukan peningkatan dalam hal penyediaan fasilitas pendukung kegiatan pembelajaran. Jumlah fasilitas yang tersedia, khususnya yang berkaitan dengan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti wastafel untuk mencuci tangan, tempat sampah yang terpilah, serta peralatan kebersihan lainnya, sebaiknya ditambah agar seluruh anak didik memiliki kesempatan yang cukup untuk menggunakannya. Selain itu, sarana dan prasarana yang ada juga sebaiknya diperbarui secara berkala

agar tetap berada dalam kondisi yang baik dan layak pakai. Dengan fasilitas yang memadai dan lingkungan belajar yang mendukung, diharapkan proses belajar mengajar dapat berlangsung dengan lebih nyaman, aman, dan efektif, sehingga anak-anak dapat lebih optimal dalam menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah.

2. Bagi orangtua Peran serta orang tua dalam mendampingi dan mendukung pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di rumah memiliki peran yang sangat penting. Oleh karena itu, kerja sama antara orang tua dan guru perlu dijalin dengan baik dan dilakukan secara berkelanjutan. Guru dan orang tua sebaiknya saling mendukung serta bekerja sama dalam memberikan contoh dan arahan yang konsisten kepada anak-anak, baik di lingkungan sekolah maupun di rumah. Untuk memperkuat sinergi ini, disarankan agar pertemuan atau rapat antara wali murid dan guru tidak hanya dilaksanakan pada awal tahun ajaran baru saja, tetapi dilakukan secara berkala selama tahun ajaran berlangsung. Dengan adanya pertemuan rutin, komunikasi antara orang tua dan guru akan semakin terbuka, sehingga berbagai perkembangan, tantangan, serta solusi terkait pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat

pada anak dapat dibahas dan ditindaklanjuti bersama secara lebih efektif dan terarah.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan atau referensi awal bagi peneliti yang tertarik pada topik PHBS di PAUD atau SPS. Temuan mengenai strategi implementasi dan faktor pendukung dan penghambat memberikan gambaran komperhensif yang bisa dikembangkan lebih lanjut. Dengan mengetahui apa yang telah diteliti dan Hasilnya, peneliti selanjutnya dapat mengidentifikasi kesenjangan dalam literatur.



DAFTAR PUSTAKA

- Ami. (n.d.). Hasil Wawancara dengan Ibu Ami Wali Murid SPS Waluyo.
- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan PHBS Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.555>
- Anonim. (2024). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di PAUD Desa Somolo-Molo Kecamatan Somolo-Molo Kabupaten Nias.
- Ansani, & Samsir, H. M. (2022). Bandura's Modeling Theory. *Jurnal Multidisiplin Madani (MUDIMA)*, 2(7), 3067–3080.
- Ansudar, I. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Covid 19. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Arifianto, T., & Astuti, S. (2020). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan dan Lingkungan*.
- Aulia, S., & Suparman, A. (2023). Sosialisasi PHBS pada Anak Usia Dini di SPS Teratai Kelurahan Soklat. *Abdimas Galuh: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Ayu Annisa, P. G. (2021). MANAJEMEN MUTU TERPADU DALAM PENDIDIKAN ISLAM. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.
- Barakki, N. (2005). *Food-Borne Diseases*. USAID.
- Buku Saku Program PHBS di Layanan PAUD. (2020). Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

- Choirun, N., & Yuli, A. (2019). *Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo. In Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Vol. 9, Issue 2).*
- CitaAstuti, R., Andirwana, A., Etnis, B. R., Arianto, M. F., Lerebulan, E. F., & Marasabessy, H. (2024). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Upaya Pencegahan Kecacingan Pada Anak-Anak di SD YPK Elim Malanu Kota Sorong. Idea Pengabdian Masyarakat, 4(02), 100–104.*
- Dessi, A., & Dinda, D. (2023). *Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Terhadap Karakter Disiplin pada Anak Kelompok B di TK Taruna Sriwijaya Palembang. Jurnal Kumala Cendekia.*
- Devi (2020) *dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Menengah Pertama*
- Devi, Nabila S (2020) *Upaya Peningkatan Pengetahuan Hidup bersih dan Sehat pada Anak Sekolah Menengah Pertama,*
- Emi. (n.d.). *Hasil Wawancara dengan Ibu Emi Wali Murid SPS Waluyo.*
- Fatmalia, R. (2023). *Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lembaga PAUD Daerah tertinggal, Terdepan, Terluar Aceh Besar (3T) Pada Masa New Normal. Jurnal Pendidikan Anak: Bunayya, 10.*
- Gunawan, I. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif (Teori dan Praktik). Bumi Aksara.*
- Harefa, D. (2020). *Kooperatif Make a Match Pada Aplikasi Jarak Dan Perpindahan. Peningkatan Hasil Belajar, 8(1), 1–18.*
- Hurlock, E. B. (1993). *Perkembangan Anak 1 & 2*

- (terjemahan). Penerbit Erlangga PT Gelora Aksara Pratama.
- Indonesia, R. (2009). *Undang-undang Republik Indonesia nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan*. Republik Indonesia.
- Kesehatan, B. P. dan P. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Khairi, H. (2018). *Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini dari 0-6 Tahun*. Jurnal Warna, 16.
- Madanih, R., Anjari, S. D., & Mutholib, A. (2019). *Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan 7 Langkah Cara Mencuci Tangan yang Efektif di Sekolah PAUD Mawar Kelurahan Sawah Baru, Ciputat, Tangerang Selatan*. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, 2.
- Margowati, & Astuti. (2020). *Implementasi PHBS pada Anak Usia Dini Melalui Metode Seling*. 12.
- Margowati, S., & Astuti, F. P. (2017). *Implementasi PHBS pada Anak Usia Dini Melalui Metode Seling*. *Journal of Holistic Nursing Science*, 4(1), 10–15.
- Maryunani, A. (2023). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 25.
- Maulidia, L. N., Tumardi, T., & Suryadi, S. (2020). *Pemberian Penguatan Perilaku Anak Dalam Pembelajaran Di Paud*. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(2), 123–133. <https://doi.org/10.17509/cd.v11i2.26135>
- Muliasa. (2018). *Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini dari 0-6 Tahun* (H. Khairi (Ed.)). Jurnal Warna.
- Mustar, et al. (2018) dalam "EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT PADA ANAK USIA DINI DAN ORANG TUA SISWA"

- Novelita, N., & Devian, L. (2023). *Strategi Pengembangan Profesionalisme Guru Dalam Konteks Manajemen Berbasis Sekolah Dasar Di Era Digital. MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 10(3), 380–395. <https://www.jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/1673>
- Nuryati, E. S., & al., et. (n.d.). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini di Kelompok Bermain Mekar Sari Desa Pandau Jaya. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Abdi Kes) Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.*
- Nutrition and Hygiene in Early Childhood. (2018). *Journal of Child Health*, 10(2), 45–58.
- Pangestuti. (2021). *Meningkatkan PHBS Anak Usia 4–5 Tahun melalui Metode Berbicara. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini.*
- Purbo, M. Z., Sari, A. P., Anaqoh, J. S., Arnes, C. A., Putri, N. S., Fakhriyah, Diazmuda, B. R., Agnia, R., Agustina, N., & Fahrudin, T. M. (2022). *Pengenalan dan Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Stunting di PAUD Desa Ngoro. Jurnal MANGENTE*, 2(1), 1–10.
- Putra, F. A., & Dewi, N. P. S. (2023). *Faktor-faktor yang memengaruhi kinerja guru di sekolah menengah. Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 15(1), 56–67.
- Rahman, U. (2009). *Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini. Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 12, 50–54. <https://doi.org/10.24252/lp.2009v12n1a4>
- Rahmawati, & Lestari. (2020). *Peran Media Edukasi Visual dalam Pembentukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak PAUD. Jurnal Pendidikan Anak*, 78.
- Reny Salim, 2024. *Edukasi Perilaku Hidup Sehat, Bersih, dan Gizi Seimbang Sejak dini, Jurnal Pengabdian*

Masyarakat Terintegrasi.

- Rita, D., & Giovanni, I. (n.d.). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Lingkungan dan Diri. Jurnal Pengabdian Masyarakat Untuk Anak Usia Dini.*
- Rozi, F., Zubaidi, F., & Masykuroh. (2021). *Strategi Kepala Sekolah dalam Menerapkan PHBS pada Anak Usia Dini. Jurnal Pendidikan Anak, 10(1), 59–68.*
- Ryan, E. L. D., & M., eci A. R. (2013). *Intrinsic Motivation and Self Determination in human behavior.*
- Setiawan, J. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif. CV Jejak.*
- Simanjuntak, G. G., & Andayani, L. S. (2022). *Efektivitas Permainan Roda Putar terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Mengenai COVID-19 di SD Cahaya Pengharapan Abadi Deli Serdang. Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior, 4(1), 59. <https://doi.org/10.47034/ppk.v4i1.5997>*
- Srininta, O., & Jurlita, H. (2023). *Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat pada Anak Usia Dini. In Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora (Vol. 2, Issue 3, p. 15).*
- Sugiono. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.*
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfabeta.*
- Sugiyono. (2012). *Metodeologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.*
- Sulaiman, A. (2020). *Manajemen Strategi Pelayanan Publik. Prenada Media.*
- Suripni. (n.d.). *Wawancara dengan Kepala Sekolah SPS Waluyo. SPS Waluyo.*

*Undang-Undang Republik Indonesia No. 23 Tahun 1992
Tentang Kesehatan (1992).*

*Wasriyanti. (n.d.). Hasil Wawancara dengan Ibu Wasriyanti
Guru di SPS Waluyo.*

*Wulandari, A. R. F. and P. A. (2023). Literature review
Analisis Data Kualitatif: Tahap Pengumpulan Data.
Jurnal Penelitian, 1(3).*

