

Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui Kegiatan Mencuci Tangan dan Relevansinya dengan Tujuan Pendidikan Karakter di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo

Dinar Dwi Astika¹, Tirta Dimas Wahyu Negara²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Kiai Ageng Muhammad Besari Ponorogo

¹*dinardwiastika@gmail.com*, ²*tirta@iainponorogo.ac.id*

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu pembiasaan yang diterapkan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo, salah satu programnya yaitu pembiasaan mencuci tangan. Pembiasaan ini bertujuan untuk membentuk pola hidup sehat pada anak didik agar terhindar dari gangguan penyakit yang sering diderita oleh anak. Permasalahan yang diangkat dari penelitian ini yaitu 1) bagaimana penerapan PHBS melalui kegiatan mencuci tangan, 2) apa hasil penerapan PHBS melalui kegiatan mencuci tangan, 3) apa saja faktor pendukungnya, 4) bagaimana relevansi kegiatan mencuci tangan sebagai pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat dengan tujuan pendidikan karakter di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo?. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Teknik Pengumpulan data pada penelitian ini melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Subjek pada penelitian ini adalah anak kelas A2 dan B1 TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti yaitu melalui pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di TKIT 1 Qurrota A`yun melalui kegiatan mencuci tangan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo telah terprogram dan terencana dikurikulum dan sudah menjadi kebiasaan harian anak. 2) Hasil dari penerapan kegiatan mencuci tangan ini sudah baik anak-anak memiliki kesadaran untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan kue maupun saat makan siang. 3) Faktor pendukung yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat pada kegiatan mencuci tangan yaitu adanya keterlibatan seluruh warga sekolah serta kerjasama, dukungan, motivasi yang diberikan oleh orang tua dan wali murid serta adanya pendampingan dari guru dan tersedianya sarana dan prasarana yang ada di sekolah. 4) Program PHBS ini jelas sangat menunjang pendidikan karakter pada anak karena dapat mengembangkan karakter kemandirian, kedisiplinan, dan juga berakhlak mulia.

Kata kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Kegiatan Mencuci Tangan, Tujuan Pendidikan Karakter

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior is one of the habits applied at TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo, one of the programs is the habituation of washing hands. This habit aims to form a healthy lifestyle in students in order to avoid disease disorders that are often suffered by children. The problems raised from this study are 1) how is the application of PHBS through hand washing activities?; 2) what are the results of the application of PHBS through hand washing activities?; 3) what are the supporting factors?; 4) how is the relevance of hand washing activities as a habituation of clean and healthy living behavior with the aim of character education at TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo?. This research uses a quantitative approach with a case study type of research. Data collection techniques in this study through observation, interviews, and documentation. This research was conducted at TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo in the even semester of the 2024/2025 school year. The subjects in this study were children in grades A2 and B1 of TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo. The data analysis technique used by researchers is through data collection, data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that 1) The implementation of clean and healthy living behavior at TKIT 1 Qurrota A`yun through hand washing activities at TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo has been programmed and planned in the curriculum and has become a daily habit for children. 2) The results of the implementation of this handwashing activity are good for children to have awareness to wash their hands before and after eating cakes and during lunch. 3) Supporting factors that affect clean and healthy living behavior in handwashing activities are the involvement of all school residents as well as the cooperation, support, motivation provided by parents and guardians of students as well as the assistance from teachers and the availability of facilities and infrastructure in schools. 4) This PHBS program clearly supports character education in children because it can develop the character of independence, discipline, and also noble character.

Key word: *Clean and Healthy Living Behavior, Hand Washing Activities, Character Education Objectives.*

PENDAHULUAN

Pendidikan (Pritiwanti, 2022) merupakan seluruh pengetahuan belajar yang terjadi di sepanjang hayat pada semua tempat dan juga situasi yang memberikan pengaruh positif pada pertumbuhan makhluk hidup. Pendidikan Anak Usia Dini merupakan jenjang pendidikan tingkat awal pada pendidikan dasar yang merupakan upaya pembinaan dari anak sejak lahir hingga pada usia 6 tahun. Pada pendidikan anak usia dini yang adapun yang perlu dicapai yaitu dengan memberikan rangsangan pendidikan untuk membantu tumbuh kembang anak secara jasmani maupun rohani sehingga anak siap menempuh pendidikannya. Pendidikan Anak Usia Dini ini dapat berlangsung pada jalur formal, informal, maupun nonformal (Eti & Fridayani, 2019).

Anak usia dini menurut *National Association for the Education Young Children* (NAEYC) menyatakan bahwa anak usia dini atau disebut "*early childhood*" adalah anak yang berusia 0 – 8 tahun. Masa tersebut merupakan proses pertumbuhan dan perkembangan dalam beragam bidang pada rentang kehidupan manusia. Masa ini juga disebut sebagai masa *golden age* atau biasa disebut dengan masa keemasan dimana anak mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan secara pesat (Minatul & Umi Rohmah, 2022). Anak pada masa prasekolah berada pada periode yang sangat sensitif, anak dapat dengan mudah menerima rangsangan – rangsangan dari lingkungan di sekitarnya. Salah satunya dengan memberikan stimulasi penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat.

Pembiasaan adalah sesuatu yang dilakukan secara rutin dan terus menerus sehingga menjadi sebuah kebiasaan (Himatul Husna, 2022). Pembiasaan yang sering diajarkan pada anak usia dini yaitu pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu program pendidikan yang dirancang untuk mengajarkan anak didik tentang pentingnya kebersihan diri sendiri dan juga kesehatan sebagai bagian dalam kehidupan sehari-hari yang mencakup beberapa kegiatan misalnya kegiatan mencuci tangan, menjaga kebersihan, dan mengelola lingkungan sekitar agar tetap bersih dan sehat (Siti Wahidah, 2024).

Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat ini memiliki keterkaitan dengan nilai-nilai pendidikan karakter pada anak usia dini. Pendidikan karakter harus ditanamkan sejak usia dini dan melalui proses-proses yang disesuaikan pada tahapan perkembangan anak. Tujuan dari pendidikan karakter salah satunya yaitu mengembangkan kemampuan anak didik menjadi manusia yang mandiri (Mulianah & Sandy, 2017).

Kemandirian memiliki keterkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat yaitu karena perilaku hidup bersih dan sehat tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik saja namun juga untuk membangun sikap kemandirian yang dilakukan melalui pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan secara mandiri oleh diri sendiri (Siti Wahidah, 2024). Selain itu penting sekali untuk menerapkan kebiasaan menjaga kesehatan sejak usia dini, karena anak rentang terkena penyakit selain itu anak usia dini memiliki daya tahan tubuh yang lemah berbeda dengan orang dewasa pada umumnya.

Mencuci tangan menggunakan sabun merupakan salah satu PHBS yang pada saat ini menjadi perhatian dunia karena banyaknya permasalahan praktik perilaku mencuci tangan yang buruk, kejadian tersebut tidak hanya terjadi di negara berkembang saja namun juga di negara maju dimana sebagian besar masyarakatnya masih lupa untuk melakukan kegiatan mencuci tangan (Nur Tsinallah, 2022).

Akibat dari kejadian tersebut banyak masyarakat yang terkena diare di berbagai negara, salah satunya yaitu di Indonesia. Oleh karena itu, pada tanggal 15 Oktober 2008, Persatuan Bangsa – Bangsa (PBB) menetapkan bahwa hari ini merupakan hari cuci tangan pakai sabun sedunia yang berfokus pada anak sekolah sebagai “agen perubahan” (Nur Tsinallah, 2022). WHO sebagai Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan pentingnya mencuci tangan dan mencuci tangan menggunakan 7 langkah (Aisah & Reza, 2014): Gosok telapak tangan yang satu dengan telapak tangan telapak tangan yang lainnya secara bergantian; Gosok punggung tangan yang satu menggunakan telapak tangan yang lain secara bergantian; Gosok area sela-sela jari dengan tangan saling menyilang; Gosok punggung jari dengan tangan yang saling terkunci; Putar jempol pada jari dengan telapak tangan yang berlawanan mengatup bergantian; Putar ujung – ujung jari pada telapak tangan yang berlawanan secara bergantian; Pegang pergelangan tangan dengan gerakan memutar secara bergantian.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian kualitatif. Menurut Bogdan & Taylor penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang mampu menghasilkan data deskriptif berupa ucapan, tulisan, dan perilaku dari orang – orang yang diamati. Melalui penelitian kualitatif ini dimungkinkan untuk memperoleh pemahaman tentang kenyataan melalui proses berpikir induktif (Farida & Muhammad, 2014).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi kasus. Penelitian ini dilakukan secara mendalam tentang individu, satu kelompok, satu organisasi, satu program kegiatan, dan sebagainya dalam waktu tertentu dengan tujuan untuk memperoleh deskripsi yang utuh dan mendalam dari sebuah entitas dengan menghasilkan data yang selanjutnya dianalisis untuk menghasilkan teori (Zuhri, 2021). Teknik Pengumpulan data pada penelitian ini melalui observasi langsung pada saat anak melakukan kegiatan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan snack di pagi hari pada dan saat anak makan siang, wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah serta guru kelas, dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Subjek pada penelitian ini adalah anak kelas A2 dan B1 TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti yaitu melalui pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan Kegiatan Mencuci Tangan sebagai Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat adalah salah satu program pendidikan yang dirancang untuk mengajarkan siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri sendiri dan kesehatan sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari (Siti Waidah, 2024). Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat berkaitan dengan pembiasaan yang positif dan juga berkaitan dengan pola hidup sehat yang seharusnya diajarkan sejak anak masih usia dini. Pembiasaannya melingkupi pola makan, mencuci tangan, dan berkaitan dengan aktivitas sehari-hari. Hal tersebut diungkapkan oleh ibu Suhartini, S.Pd. selaku kepala sekolah di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti.

Pentingnya program perilaku hidup bersih dan sehat di terapkan disekolah dikarenakan untuk pencegahan gangguan penyakit yang marak diderita oleh anak. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakkan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo yaitu membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan, penyediaan, *catering* sehat seperti kue dan makan siang yang disediakan oleh sekolah, mengundang dokter gigi sebagai sarana penyuluhan terkait kesehatan gigi, dan juga pemberian vitamin A dan obat cacing setiap 2 kali dalam setahun.

Indikator perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah mencakup kegiatan mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun, menggunakan toilet yang bersih dan sehat, mengonsumsi makanan serta jajanan yang sehat di kantin sekolah, rutin berolahraga, tidak merokok di area sekolah, membuang sampah pada tempat yang disediakan, memberantas jentik nyamuk, serta menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan anak, di mana lingkungan sekolah dianggap sebagai rumah kedua bagi anak setelah berinteraksi dengan keluarga di rumah (Dina Mariana, 2021). Indikator penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di TKIT 1 Qurrota A`yun adalah adanya kebiasaan sehari-hari seperti melakukan kegiatan mencuci tangan menggunakan air bersih, memilih serta mengonsumsi makanan sehat dan bergizi seperti sayur, lauk, dan juga nasi, melaksanakan kegiatan toilet training secara mandiri, dan memastikan perkembangan anak optimal dengan cara mencatat di buku DDTKA.

Penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo sudah terprogram dan terencana pada kurikulum sekolah dan dijadikan sebagai kebiasaan harian anak. Kegiatan mencuci tangan dilakukan pada waktu sebelum dan sesudah makan kue/ *snack* dan saat makan siang bersama. Namun tidak hanya itu mencuci tangan juga dilakukan setelah anak bermain di halaman. Hal tersebut juga sudah sesuai dengan hasil observasi yang

dilakukan oleh peneliti dilihat dari penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat yang sudah diterapkan oleh anak didik.

Hasil dari Penerapan Kegiatan Mencuci Tangan sebagai Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di TKIT 1 Qurrota A`Yun Ponorogo

Hasil dari penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan ini telah berjalan dengan baik dan lancar. Anak didik memiliki kesadaran mengenai pentingnya mencuci tangan baik sebelum dan sesudah makan kue maupun saat makan siang. Namun terdapat beberapa kendala saat melakukan penerapan pembiasaan hidup bersih dan sehat seperti masih ada 1 atau 2 anak yang masih belum mematuhi aturan dan kesepakatan. Kendala tersebut juga diungkapkan oleh Ibu Pifin Puspitawati, S.Pd. bahwa kendalanya sering terdapat anak yang belum menyadari pentingnya PBHS. Kendala lainnya juga dipaparkan oleh Ibu Rulik Luthfianti, S.Pd. bahwasanya anak-anak terkadang masih senang bermain air dan busa saat mencuci tangan.

Berdasarkan kendala-kendala tersebut lembaga sekolah memiliki solusi untuk menghadapi kendala-kendala tersebut dengan mendampingi dan memberikan pengertian kenapa anak dalam menerapkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Di awal tahun ajaran baru anak-anak membutuhkan pendampingan lebih lanjut untuk diarahkan bagaimana mencuci tangan dengan baik dan benar dengan melalui praktik langsung yang dilakukan oleh guru yang mengarahkan, selain itu juga membimbing anak satu per satu saat melakukan kegiatan mencuci tangan, selanjutnya anak-anak sudah memahami dan guru cukup melakukan monitoring atau pengawasan saja.

Hasil dari penerapan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan juga diambil dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti yang mengatakan bahwa anak didik telah melakukan kegiatan tersebut dengan baik dan beberapa anak sudah tidak didampingi oleh guru. Selain itu anak-anak juga melaksanakan kegiatan mencuci tangan dengan mengikuti tujuh tahapan mencuci tangan yang baik dan benar. Hal tersebut sesuai dengan arahan dari WHO (Aisah & Reza, 2014) sebagai Organisasi Kesehatan Dunia yang merekomendasikan pentingnya mencuci tangan dan mencuci tangan dengan 7 tahapan yaitu: WHO sebagai Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan pentingnya mencuci tangan dan mencuci tangan menggunakan 7 langkah (Aisah & Reza, 2014): 1) Gosok telapak tangan yang satu dengan telapak tangan telapak tangan yang lainnya secara bergantian, 2) gosok punggung tangan yang satu menggunakan telapak tangan yang satunya secara bergantian, 3) Gosok area sela-sela jari dengan tangan saling menyilang, 4) Gosok punggung jari dengan tangan saling terkunci, 5) Putar jempol pada jari dengan telapak tangan yang berlawanan mengatup bergantian, 6) Putar

ujung – ujung jari pada telapak tangan yang berlawanan secara bergantian, 7) Pegang pergelangan tangan dengan gerakan memutar secara bergantian.



Gambar 1. Anak mencuci tangan dengan 7 tahapan secara baik dan benar

Dampak yang dirasakan oleh sekolah dengan adanya kegiatan mencuci tangan sebagai pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat yaitu anak-anak dapat terbiasa dan mudah diarahkan untuk mencuci tangan setelah melakukan kegiatan maupun sebelum makan kue dan makan siang. Selain itu juga diharapkan anak-anak menjadi lebih sehat dan terhindar dari gangguan penyakit. Selain mencuci tangan anak-anak juga mengonsumsi makanan yang sehat dengan baik, yang menunjukkan bahwa mereka sehat dan dapat mendukung kegiatan belajar mengajar secara maksimal.



Gambar 2. Kegiatan makan siang bersama di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo

Faktor Pendukung Kegiatan Mencuci Tangan sebagai Pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat di TKIT 1 Qurrota A`Yun

Pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya faktor pendukung. Faktor pendukung yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat pada kegiatan mencuci tangan yaitu melibatkan partisipasi seluruh warga sekolah serta kerjasama, dukungan, motivasi dari orang tua

dan wali murid. Di samping itu juga terdapat bimbingan dari guru serta tersedianya sarana dan prasarana yang ada di sekolah.

Salah satu faktor pendukung penerapan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan adalah tersedianya sarana dan prasarana yang ada di sekolah seperti air bersih, sabun, dan tempat untuk mencuci tangan. Tempat mencuci tangan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo digabungkan dengan tempat berwudhu. Penyediaan tempat mencuci tangan sekaligus tempat wudhu yang berjumlah 2 tepat dengan banyak kran dan air bersih disediakan oleh sekolah sehingga dapat mempermudah anak melakukan kegiatan mencuci tangan dan anak tidak perlu antri terlalu lama untuk mencuci tangan. Sabun yang disediakan oleh sekolah merupakan sabun cuci tangan yang ramah untuk anak. Sabun tersebut diletakkan di dekat tempat mencuci tangan agar mempermudah anak untuk mengambil sabun saat mencuci tangan. Setelah itu anak menggunakannya untuk mencuci tangan agar terhindar dari bakteri dan kuman yang menempel di tangan anak saat anak bermain dan belajar. Manfaat mencuci tangan dengan sabun (Ailsa Cattleya, 2022) , adalah untuk menjaga kebersihan tangan, selain itu juga berfungsi sebagai perlindungan yang efektif untuk melawan penyebaran infeksi dan penyakit serius. Mencuci tangan dengan sabun dan air bersih adalah hal yang sangat sederhana dan mudah dilakukan untuk dapat menciptakan perubahan yang besar.



Gambar 3. Tempat Mencuci tangan sekaligus tempat wudhu

Monitoring/pengawasan yang dilakukan oleh sekolah untuk program PHBS pada kegiatan mencuci tangan adalah dengan cara memantau kegiatan siswa dengan cara melalui buku penghubung. Namun tidak hanya itu, dapat pula melalui rapor yang menyatakan apakah anak telah menerapkan PHBS dengan baik atau belum. Saat pertemuan hari konsultasi atau saat rapat dengan wali murid dan orang tua biasanya disampaikan oleh guru bagaimana perkembangan anak didik pada program PHBS tersebut.

Relevansi Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Tujuan Pendidikan Karakter di TKIT 1 Qurrota A`Yun Ponorogo

Pendidikan karakter merupakan salah satu pembelajaran yang mengembangkan nilai-nilai karakter pada anak agar anak didik memiliki karakter dan juga kepribadian yang baik dalam hidupnya. Menurut T. Ramli Pendidikan karakter adalah pendidikan yang mengedepankan esensi dan juga makna terhadap moral dan juga akhlak sehingga mampu membentuk pribadi peserta didik yang baik (Nur Wijayani, 2023). Di TKIT juga menerapkan pembelajaran pendidikan karakter pada anak usia dini melalui beberapa kegiatan yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari agar dapat langsung dipraktekkan oleh anak seperti nilai kemandirian dan kedisiplinan melalui kegiatan mencuci tangan, berperilaku hidup bersih dan sehat dengan menjaga lingkungan sekitar, berakhlak mulia dengan menghormati sesama teman dan juga menghormati guru dan juga tenaga kependidikan yang ada di sekolah, dan masih banyak lagi.

Nilai-nilai pendidikan karakter menurut Kemendiknas ada 18 yaitu: 1) Religius, 2) Jujur, 3) Toleransi, 4) Disiplin, 5) Kerja keras, 6) Kreatif, 7) Mandiri, 8) Demokratis, 9) Rasa ingin tahu, 10) Semangat kebangsaan, 11) Cinta Tanah Air, 12) Menghargai prestasi, 13) Bersahabat/ Komunikatif, 14) Cinta damai, 15) Gemar membaca, 16) Peduli lingkungan, 17) Peduli sosial, dan 18) Tanggung jawab (Yuli Supriani, 2022). Di TKIT 1 Qurrota A`yun dalam penerapan kegiatan mencuci tangan sebagai pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat menerapkan nilai-nilai pendidikan karakter seperti, mandiri, disiplin, peduli lingkungan, toleransi, dan juga berakhlak mulia.

Pada penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada kemandirian. Kemandirian merupakan nilai dan juga tujuan dari pendidikan karakter. Seperti yang dikemukakan oleh Ki Hajar Dewantara bahwasannya kemandirian merupakan salah satu tujuan dari pendidikan yaitu dengan membentuk pribadi yang dapat berdiri sendiri, baik dalam bertindak maupun dalam berpikir. Menurut beliau pendidikan tidak hanya bertujuan untuk memberikan pengetahuan secara teoritis, namun juga mengembangkan keterampilan praktis yang nantinya akan berguna pada kehidupan sehari-hari para peserta didik dan siswa (Maisaroh & Dya, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan anak sudah melakukan kegiatan mencuci tangan dengan mandiri tanpa di dampingi oleh guru. Hal tersebut sesuai dengan ciri-ciri pada kemandirian yaitu 1) tanggung jawab untuk menyelesaikan sesuatu atau tugas dan mempertanggung jawabkan hasilnya, 2) independensi yang berarti kondisi seseorang yang tidak bergantung pada orang lain dan tidak membutuhkan arahan lagi, 3) kebebasan untuk menentukan keputusannya sendiri dan mampu mengendalikan dirinya sendiri, 4) mampu memecahkan masalahnya sendiri dengan dukungan dan arahan yang memadai (Imam Musbikin, 2021).



Gambar 4. Anak mencuci tangan tanpa bantuan dari guru

Anak didik di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo telah memenuhi ciri-ciri kemandirian dengan dibuktikan 1) anak memiliki inisiatif sendiri, disini anak berinisiatif untuk mencuci tangannya tanpa disuruh oleh guru. 2) Tidak bergantung pada orang lain, anak dapat melakukannya tanpa pendampingan dan arahan dari guru. 3) Percaya diri, anak dapat percaya diri dengan mencuci tangan tanpa bantuan dari guru. 4) Bertanggung jawab, anak bertanggung jawab atas kesehatannya dengan melakukan kegiatan mencuci tangannya. Program PHBS ini juga membawa perubahan pada karakter anak didik yang tadinya tidak bisa membedakan mana yang bersih dan tidak menjadi lebih baik dan dapat membedakannya, selain itu juga anak menjadi lebih mandiri dan disiplin dalam menerapkan kebiasaan mencuci tangan sebelum makan dan setelahnya merapikan alat makan yang digunakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian telah dilakukan oleh peneliti mengenai pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan dan relevansinya dengan tujuan pendidikan karakter di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut: Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di TKIT 1 Qurrota A`yun meliputi beberapa program kegiatan salah satunya yaitu mencuci tangan. Penerapan pembiasaan PHBS melalui kegiatan mencuci tangan di TKIT 1 Qurrota A`yun Ponorogo telah terprogram dan terencana dikurikulum dan sudah menjadi kebiasaan harian anak. Kegiatan mencuci tangan ini dilakukan pada saat sebelum dan sesudah makan kue/*snack* dan saat makan siang.

Hasil dari penerapan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan ini telah berjalan dengan baik dan lancar. Anak didik

memiliki kesadaran mengenai pentingnya mencuci tangan baik sebelum dan sesudah makan kue maupun saat makan siang. Namun terdapat beberapa kendala saat melakukan penerapan pembiasaan hidup bersih dan sehat seperti masih ada anak yang masih belum mematuhi aturan dan kesepakatan. Solusi yang dimiliki oleh sekolah untuk menghadapi kendala tersebut dengan mendampingi anak dalam menerapkan PHBS di sekolah. Anak-anak juga makan makanan sehat dengan lahap yang membuktikan bahwa anak tersebut sehat sehingga dapat menunjang kegiatan belajar mengajar secara maksimal.

Faktor pendukung yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat pada kegiatan mencuci tangan yaitu melibatkan partisipasi seluruh warga sekolah serta kerjasama, dukungan, motivasi dari orang tua dan wali murid. Di samping itu juga terdapat bimbingan dari guru serta tersedianya sarana dan prasarana yang ada di sekolah. *Monitoring*/pengawasan yang dilakukan oleh sekolah dalam program PHBS pada kegiatan mencuci tangan yaitu dengan cara memberikan pengawasan pada kegiatan anak melalui buku penghubung, rapor, dan juga saat hari konsultasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makasar: CV. Syakir Media Press.
- Aisah, N., Reza, M. (2014). "Meningkatkan Kemampuan Mencuci Tangan Melalui Metode Demonstrasi pada Kelompok B di TK Unggulan Tepadu Al-Kautsar Mojokerto" *E-Jurnal UNESA Online*, 3(3), 1-8.
- Cattleya, A., Doneriani, M. J., Kirana, S. C., Kamila, N. A., & Busahdiar, B. (2022). "Penyuluhan PHBS Berupa CTPS dan Mengajar Siswa Sekolah Dasar, Pemberantasan Jentik Nyamuk Serta Pelaksanaan Bian di Dusun Kampung Tegal Desa Pagedangan Kabupaten Tangerang," *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1).
- Hadiati, E., Fidrayani. (2019) . "Manajemen Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini," *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1) 67-78.
- Husna, Himatul. (2022). "Strategi Keteladanan dan Pembiasaan Guru Akidah Akhlak dalam Membentuk Karakter Tanggung Jawab pada Siswa Kelas VIII di MTs Miftahul Huda Ngreco Kediri," IAIN Kediri, Kediri.
- Khaironi M., Ramdhani S. (2017). "Pendidikan Karakter Anak Usia Dini." *Jurnal Golden Age* 1(2), 82-89.
- Laela, M.N., Rohmah, U. (2022). "Keterkaitan Pola Asuh dan Inner Child Pada Tumbuh Kembang Anak," *Prosiding Lokakarya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo Vol.1*, 40-50.
- Larira, D. M., Rasmiati. K., Mien. (2021). "Pembelajaran Dini Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)," *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 2(1), 16-20.

- Maisaroh, S., A`yun, D. Q. (2024). "Pendidikan dalam Perspektif Ki Hajar Dewantara: Antara Kebebasan, Kemandirian, Kebudayaan." *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(12), 1-14.
- Musbikin, Imam. (2021). *Penguatan Karakter Kemandirian, Tanggung Jawab, dan Cinta Tanah Air*. Nusamedia.
- Nugrahani, F. Hum, M. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*. Solo: Cakra Books.
- Supriani, Y., Nurasa, A., Hasanah, A., & Arifin, B. S. (2022). "Nilai-Nilai Sebagai Pembentuk Peradaban Manusia," *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 1139-1147.
- Tsinallah, N., Hana, H., Zahran, A., & Fajrini, F. (2022). "Peningkatan Pengetahuan Anak Usia Dini terhadap Perilaku Cuci Tangan Dengan Penerapan Media Modern," *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1), 2.
- Wahidah, S., Enjang, Fauziah, N. (2024). "Pengaruh Program Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Terhadap Sikap Kemandirian Anak Usia 4-5 Tahun." *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 2(3), 190-199.
- Wijayani, C. N., Pramesti, N. R., & Putriyanti, L. (2023). "Hubungan Pendidikan Karakter dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia bagi Siswa Sekolah Dasar." *Seminar Pendidikan Nasional (SENDIKA)*, 3(1).