

Pengenalan Pola Hidup Bersih dan Sehat Melalui Exprimen Sains pada Anak Usia Dini di Kelompok B TK Putri Ramadhani

(An Introduction to a Clean and Healthy Life Pattern Through Science Experiment in Early Children in Group B of Putri Ramadhani Kindergarten)

Novita Ashari

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: novitaashari@iainpare.ac.id

Putri Indah Sari

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: putriindahsari@iainpare.ac.id

Armi Nadilah Asnar

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: arminadilahasnar@iainpare.ac.id

Harianti

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: harianti@iainpare.ac.id

Megawati

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: megawati@iainpare.ac.id

Mogawani

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: mogawani@iainpare.ac.id

Ema Ainun Kholilah

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: emainunkholilah@iainpare.ac.id

Lisma Widyarni

Institute Agama Islam Negeri Parepare, Sulawesi Selatan, Indonesia, Jl. Amal bakti No.8,
Bukit Harapan, Kec. Soreang | Kota Parepare, 91131
E-mail: lismawidyarni@iainpare.ac.id

ABSTRACT

The lack of knowledge and understanding of children in Putri Ramadhani Kindergarten about Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is because children have not been motivated to maintain a clean and healthy lifestyle, children have not carried out direct experiments on maintaining cleanliness. Children are only introduced through visual images. The purpose of this study was to provide understanding to children about a Clean and Healthy Lifestyle through scientific experiments. The implementation of the introduction of a healthy and clean lifestyle that has been carried out at the Putri Ramadhani Kindergarten has been carried out well by the children, this is shown in the increase in the cleanliness of children aged 4-5 in the Putri Ramadhani Kindergarten which amounted to 10 children. Of the 4 indicators of clean and healthy living that children are accustomed to, namely washing hands before eating without being asked, knowing the order of washing hands, closing their own lunch after eating without being asked, knowing the dangers of germs, viruses, and bacteria.

Keywords: *Clean and healthy lifestyle; science experiments; B grup child.*

ABSTRAK

Kurangnya pengetahuan dan pemahaman anak di TK Putri Ramadhani tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) hal tersebut dikarenakan anak belum termotivasi untuk menjaga pola hidup bersih dan sehat anak belum melakukan eksperimen langsung tentang menjaga kebersihan. Anak hanya di kenalkan melalui visual gambar saja. Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada anak Pola Hidup Bersih dan Sehat melalui eksperimen sains. Pelaksanaan pengenalan pola hidup sehat dan bersih yang telah dilakukan pada TK Putri Ramadhani telah terlaksanakan dengan baik oleh anak, hal ini ditunjukkan pada kebersihan anak usia 4-5 di TK Putri Ramadhani yang berjumlah 10 anak meningkat. Dari 4 indikator hidup bersih dan sehat yang dibiasakan anak yaitu mencuci tangan sebelum makan tanpa disuruh, mengetahui urutan mencuci tangan, menutup bekal sendiri setelah makan tanpa disuruh, mengetahui bahaya kuman, virus, dan bakteri.

Kata kunci: Pola hidup bersih dan sehat; eksperimen sains; anak kelompok B.

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak-anak dengan usia yang belum bisa mengikuti pendidikan formal misalnya Sekolah Dasar (SD), yang mana biasanya si anak akan berdiam diri di rumah atau berpartisipasi dalam kegiatan di dalam ruangan. Berbagai jenis fasilitas prasekolah, seperti Kelompok Bermain, penitipan anak, atau pusat penitipan anak (Julianti et al., 2018).

Lima sampai enam tahun pertama kali dalam hidup seorang anak adalah masa keemasan yang berarti masa sensitif dan hanya terjadi sekali. Karena kondisi yang diperlukan, kebutuhan tumbuh kembang anak dapat terpenuhi dengan lebih baik. Anak usia dini dikenal dengan anak yang belum bisa menjaga kebersihan dan kesehatannya. (Julianti et al., 2018).

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu perilaku atau pengetahuan belajar yang positif sehingga mampu menciptakan sekelompok orang yang terdiri dari keluarga dan masyarakat untuk membuka jalur komunikasi, berbagi informasi, serta melakukan suatu kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat.

Hidup bersih dan sehat adalah kawasan yang bersih dan juga sehat. Pengenalan kehidupan masa kecil yang bersih dan sehat dengan arahan orang tua adalah dengan berbagai upaya misalnya dengan mencuci tangan dengan air mengalir dan membuang sampah pada tempatnya, cara menghilangkan jentik nyamuk, memotong kuku, jari kaki, menggosok gigi setelah makan dan sebelum tidur, makan sayuran dan buah-buahan setiap hari dan lakukan olahraga pagi atau senam pagi secara teratur. Mengajarkan dan melatih anak berperilaku hidup bersih dan sehat agar tubuh tetap sehat dan lingkungan tempat tinggalnya terlindungi dari penyakit seperti diare dan demam berdarah. Hal ini sangat bermanfaat karena membantu anak berkembang dengan didikan sehat dan bersih sehingga akan menjadi gaya hidup yang baik di masa depan.

Membangun gaya hidup sehat jauh lebih mudah daripada mengubah kebiasaan tidak sehat. Membiarkan anak mengembangkan gaya hidup sehat bukan hanya tugas orang tua, tetapi juga misi sekolah. Jika anak tidak mendapatkan pendidikan pola hidup sehat di sekolah maupun di rumah, maka pola hidup tidak sehat akan mempengaruhi kehidupannya di masa depan. Sesuatu yang berbahaya bagi kesehatan. Mengenai kesehatan anak, perlu diingat bahwa jika anak memiliki keterampilan hidup bersih dan sehat, mereka akan dapat terhindar dari dampak buruk kesehatan dan terhindar dari berbagai perilaku berbahaya (Sunarti et.al, 2019).

Terlebih dimasa pandemi covid 19 ini banyak varian virus baru serta bakteri dan kuman. Maka dari itu sangat penting menanamkan pola hidup yang sehat agar memiliki imunitas yang kuat untuk tubuh juga lingkungannya. Semakin menyebarnya virus covid 19 ini orang tua dan guru bisa menjadikan prioritas utama di masa kanak-kanak untuk terus menanamkan pada anak sikap hidup bersih dan sehat, misalnya dengan mengajarkan anak pentingnya mencuci tangan setiap kali anak melakukan aktivitas, dan ingat untuk selalu menerapkan protokol kesehatan, menjaga pola hidup bersih dan sehat, khususnya penggunaan masker dan juga menjaga jarak fisik.

Kebersihan dan kesehatan berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak. Anak yang sehat adalah anak yang dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, berkembang

seiring bertambahnya usia, aktif, senang, makan secukupnya, bersih, dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Anak yang sehat umumnya akan dapat belajar dengan baik. Terjaganya kesehatan anak ditujukan untuk mencegah penyakit yang dapat mempengaruhi belajar dan kecerdasan anak, yaitu; Menjaga kebersihan diri dan lingkungan, vaksinasi lengkap, menjaga jenis makanan yang dikonsumsi (Sunarti et.al, 2019).

Namun sebaliknya, jika anak tidak tumbuh di lingkungan yang bersih dan sehat atau anak yang tidak memiliki sikap bersih dan sehat maka hal tersebut berdampak pada kesehatan anak, anak mudah jatuh sakit dan rentan terkena penyakit lainnya. Dan jika anak tidak suka mengonsumsi sayuran dan buah-buahan anak akan mengalami kekurangan gizi sehingga berdampak pada tumbuh kembang anak yang tidak baik. Pola pengenalan hidup bersih dan sehat juga harus diajarkan oleh orang tua, mengajarkan anak untuk makan makanan yang sehat, seperti sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, daging ikan, susu dan lain sebagainya.

Orang tua juga bisa mengajarkan pada anak bentuk dan warna dari sayuran, buah-buahan. Sebaliknya anak yang suka makan makanan *go food* seperti burger dan pizza maka anak tersebut mendapat pola pengenalan hidup bersih dan sehat yang tidak baik, hal seperti ini juga harus diperhatikan oleh orang tua walaupun hanya seperti ini namun berdampak besar.

Pada dasarnya anak akan menyerap apa yang ada dalam lingkungan dan keluarganya (Dachrud & Yusra, 2018). Dari pendidikan usia dini sampai perguruan tinggi yang saat ini mengalami pemudaran dan degradasi dalam hal pembentukan karakter peserta didiknya. Semua ini disebabkan karena tidak adanya sistem pembelajaran yang terfokus pada arah pembentukan nilai-nilai karakter unggul (Salim, 2018). Sekolah sebagai lembaga pembelajaran menanamkan nilai-nilai, membentuk manusia yang berkarakter dan berbudi luhur lewat mengajar. Program pendidikan karakter akan berhasil di sekolah, apabila semua personal di sekolah dapat bekerjasama dengan orang tua siswa, sehingga tujuan pendidikan yang diharapkan oleh bangsa ini benar-benar dapat dirasakan, dan dapat menyentuh nilai-nilai positif dari anak bangsa yang diharapkan bersama (Samal, 2017).

Di perlukan kerjasama antara seluruh orang tua tenaga pendidikan atau orang tua hal ini bertujuan untuk mengoptimalkan pertumbuhan juga perkembangan anak, yang salah satunya di terapkan dengan cara hidup sehat dan bersih upaya menjadi gaya hidup yang baik di masa depan, hal ini mencegah anak terkena penyakit yang tidak diinginkan seperti Batuk, Pilek, TBC, Demam, Campak dan penyakit lainnya yang berbahaya (Sunarti et.al, 2019).

Kementerian Kesehatan menetapkan bahwa orang tua harus mengikuti prinsip-prinsip berikut ketika melakukan pendidikan kesehatan untuk anak: (1) mengorientasikan kebutuhan tumbuh kembang anak. (2) kegiatan pembelajaran yang dilakukan upaya memenuhi kebutuhan bermain anak (3) membantu kreativitas dan inovasi anak dalam upaya hidup bersih dan juga sehat. (4) menyediakan fasilitas lingkungan, kesehatan dan sanitasi yang mendukung proses pembelajaran. (5) menumbuhkan keterampilan hidup bersih dan sehat (6) memanfaatkan sumber-sumber sebagai media pembelajaran yang ada dalam lingkungan (7) implementasi berulang langkah demi langkah, dengan perubahan yang cukup. (8) stimulasi pendidikan secara komprehensif mencakup seluruh aspek tumbuh kembang anak (Julianti et al., 2018).

Cara untuk membiasakan anak usia dini untuk menjalankan hidup sehat juga bersih, pada masa pandemi ini bukan hanya melalui kegiatan mencuci tangan tapi juga bisa melakukan kegiatan fisik seperti berolahraga yang cukup, rajin menyikat gigi, makan makana sehat, serta mandi 2 kali sehari. Pembiasaan pembiasaan yang terbilang kecil ini berdampak besar pada tumbuh kembang anak serta kesehatan anak. Membiasakan memiliki pola hidup sehat dan bersih sedini mungkin terjamin tercapaikan masyarat yang sehat di masa dewasa anak.

Dikarenakan usia anak yang masih dini jadi anak tidak akan mudah paham bagaimana cara menjaga pola hidup bersih dan sehat. Anak belum memahami bahwa kuman dan virus ada di sekitar mereka, bahkan ada kuman yang tidak terlihat kasat mata sehingga anak tidak mudah untuk mengetahui bahwa di lingkungannya itu bersih atau kotor. Berdasarkan teori Jean Piaget, tahap pra-oprasioanl Pada tingkat ini, anak menunjukkan aktivitas kognitif ketika menghadapi masalah sesuatu selain dia. Tidak ada sistem untuk aktivitas berpikir terorganisir. Anak-anak mampu memahami realitas di lingkungan dengan cara-cara berikut: cara berpikir anak-anak pada tingkat ini adalah Tidak sistematis, tidak konsisten dan tidak logis.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru kelompok b TK Putri Ramadhani mengatakan bahwa anak-anak disana belum menyadari akan pentingnya kebersihan. Di TK Putri Ramadhani mengenalkan tentang kuman dan kotoran melalui visual gambar yang menjelaskan tentang dampak jika tidak menjaga kebersihan. Adapun contoh perilaku hidup bersih dan sehat yang diterapkan di TK Putri Ramadhani yaitu mencuci tangan sebelum dan sesudah belajar atau makan, merapikan tempat belajar dan alat bermain setelah digunakan, membuang sampah pada tempatnya, melakukan kerja bakti tiap hari jum'at, dan melakukan senam pagi bersama.

Walaupun anak telah dikenalkan pola hidup bersih dan sehat tetapi anak belum mampu atau belum termotivasi untuk menjaga pola hidup bersih dan sehat. Hal ini disebabkan karena belum ada praktek sains yang bisa meyakinkan anak karena anak belum melakukan eksperimen langsung tentang menjaga kebersihan dan tidak menjaga kebersihan, anak hanya di kenalkan melalui visual gambar saja.

Eksprimen yang akan dilakukan adalah menggunakan roti dan sayur. Melalui eksprimen roti anak akan membandingkan roti yang sudah dipegang sebelum mencuci tangan dan tidak mencuci tangan. Melalui eksprimen menggunakan sayur anak akan mengetahui pengaruh udara lingkungan terhadap makanan yang terbuka dan tertutup.

Dengan eksprimen yang dilakukan diyakini akan memberikan dorongan untuk anak menjaga kebersihan tanpa di suruh lagi, karena anak akan melihat secara langsung yang mana yang kotor dan yang bersih, serta melihat secara langsung dampak dari tidak menjaga kebersihan dan kesehatan.

METODE PENULISAN

Penelitian dilakukan di TK Putri Ramadhani beralamatkan di Jln. Jendral Sudirman, Cappa Galung, Parepare. Subjek dari penelitian ini adalah anak kelompok TK B berjumlah 10 anak yang berusia 5-6 tahun. Adapun waktu penelitian dilakukan dua kali pertemuan pada tanggal 24 November dan tanggal 1 Desember 2021.

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif yaitu penelitian yang bersifat deskriptif yang menggunakan analisis serta proses dan maknanya lebih ditonjolkan dalam penelitian kualitatif dan dengan metode pendekatan studi kasus. Metode kualitatif ini memudahkan agar peneliti agar lebih fokus sesuai dengan fakta di lapangan (Prasanti, 2018).

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian kualitatif, dalam penelitian eksperimen peneliti menanyakan ke beberapa guru (responden) tentang teori sebelum melakukan eksperimen.

Studi kasus merupakan riset suatu laporan atau penelitian yang menggunakan metode penelitian kualitatif. Studi kasus berisi percobaan atau eksperimen, proyek, peristiwa atau analisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat faktor-faktor pengenalan pola hidup bersih dan sehat diantaranya kebersihan lingkungan, kebersihan diri, kebutuhan gizi, dan kebutuhan tidur. Oleh karena itu peneliti melakukan eksperimen yang berkaitan dengan perilaku sakit penyakit dengan tiga eksperimen, mengingat saat ini sedang pandemi covid banyak kuman ataupun virus tidak terlihat yang berbahaya. Adapun isi eksperimen tersebut dapat dilihat pada di bawah ini (Astuti, 2016).

Tabel 1.

Kegiatan	Waktu	Bahan	Tahapan	Hasil
1	24 November 2021	Roti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak bermain alat permainan. 2. Anak memegang roti tanpa mencuci tangan 3. Anak memegang roti dengan mencuci tangan 4. Mengamati selama 1 pekan 	Selama 1 pekan terjadi perbedaan pada roti yang dipegang tanpa mencuci tangan dan roti yang dipegang dengan cuci tangan. Roti yang dipegang tanpa cuci tangan terdapat jamur pada roti sedangkan roti yang dipegang sesudah mencuci tangan masih layak untuk dimakan.
2	24 November 2021	Sayur bening	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyiapkan sayur yang sudah matang (masih hangat) 2. Membagi sayur ke dalam 2 wadah, 1 wadah tertutup dan 1 wadah terbuka 3. Mengamati selama 1 jam 30 	Sayur bening yang berada dalam wadah tertutup tidak mengalami perubahan dan masih layak untuk dimakan.

3	24 November 2021	Sayur sup	<ol style="list-style-type: none">1. Menyiapkan sayur yang sudah matang (masih hangat)2. Membagi sayur ke dalam 2 wadah, 1 wadah tertutup dan 1 wadah terbuka3. Mengamati selama 2 jam (08.00-10.00)	menit (08.00-09.30)	Sayur sup yang berada dalam wadah terbuka mengalami perubahan sehingga sudah tidak layak untuk dimakan.
---	------------------------	--------------	--	---------------------	---

Roti yang dipegang oleh 10 anak setelah bermain tanpa mencuci tangan mengakibatkan 10 roti tersebut menyerap kotoran hingga terdapat jamur di beberapa roti setelah 1 minggu sedangkan roti yang dipegang 10 anak setelah mencuci tangan tidak mengalami perubahan selama 1 minggu, 10 roti tersebut masih layak untuk dimakan. Roti yang dipegang setelah mencuci tangan ke higienisannya tetap terjaga karena kuman pada tangan telah mati yang membuat tangan bersih saat memegang roti sehingga tidak ada jamur yang tumbuh pada roti, sedangkan roti yang dipegang dengan tangan kotor mudah ditumbuhi jamur karena kuman dan bakterinya berpindah dari tangan ke roti. Bakteri dan kuman ini nantinya akan berkembang dan memakan zat-zat baik yang terkandung dalam roti, sehingga roti mudah membusuk dan berjamur. Selain itu, suhu ruangan juga mempengaruhi tumbuhnya jamur pada roti. Ruangan yang bersuhu 27°C cocok untuk melakukan percobaan pengamatan pada roti (Lestari, 2019).

Sayur bening yang disimpan pada wadah yang tertutup selama 1 jam 30 menit tidak mengalami perubahan bau maupun, hal tersebut menunjukkan bahwa sayur bening pada wadah tertutup tidak mengalami perubahan karena tetap menjaga ke higienisan makanan terhadap kelembapan udara dan bakteri sehingga kesegaran sayur tetap terjaga. Sementara sayur sup yang disimpan pada wadah terbuka selama 2 jam terlihat busa ditepi wadah dan mengalami aroma yang berbeda serta rasanya sedikit kecut, hal itu membuat sayur sup pada wadah terbuka mengalami perubahan dikarenakan terkontaminasi dengan udara sekitar. Salah satu faktor utama yang memengaruhi pertumbuhan bakteri pada makanan adalah udara, bakteri yang timbul pada udara tidak terlihat dan mengandung enzim-enzim pencernaan dari bakteri yang menyebabkan zat kimia sehingga makanan mudah basi (Jiastuti, 2018).

Percobaan tersebut telah dilakukan selama beberapa hari untuk memberikan pemahaman kepada anak usia dini mengenai pentingnya pola hidup bersih dan sehat pada anak. Agar anak memiliki pemahaman untuk menjaga kebersihan yang dimulai dari diri sendiri. Adapun eksperimen yang telah peneliti lakukan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2

Faktor PHBS	Indikator	Sebelum Eksperimen (jumlah siswa)	Setelah Eksperimen (jumlah siswa)
Perilaku sakit penyakit	1. Anak mencuci tangan sebelum makan tanpa disuruh	8 anak	10 anak
	2. Anak mengetahui urutan mencuci tangan	2 anak	10 anak
	3. Anak menutup bekal sendiri setelah makan tanpa disuruh	1 anak	10 anak
	4. Anak mengetahui bahaya kuman, virus, dan bakteri.	5 anak	10 anak

Hasil penelitian pada indikator pertama pada table di atas memperlihatkan bahwa sebelum melakukan eksperimen terdapat 8 anak yang tidak mencuci tangan sebelum makan sedangkan setelah dilakukan eksperimen terdapat 10 anak yang mencuci tangan sebelum makan tanpa disuruh, sehingga ada peningkatan 2 anak yang mampu mencuci tangan tanpa disuruh setelah dilakukan eksperimen. Kebiasaan mencuci tangan tidak muncul begitu saja tetapi sebaiknya dibiasakan sejak kecil, Sebagian anak mencuci tangan hanya setelah makan padahal mencuci tangan sebaiknya dilakukan sebelum dan setelah makan untuk menghilangkan kuman bakteri. Cuci tangan sebelum makan merupakan tindakan pencegahan melindungi diri dari bakteri atau virus yang menempel pada tangan yang akan masuk kedalam tubuh. (Nasir et al., 2020).

Hasil penelitian pada indikator kedua pada table di atas memperlihatkan bahwa sebelum melakukan eksperimen terdapat 2 anak yang belum mengetahui urutan mencuci tangan sedangkan setelah dilakukan eksperimen terdapat 10 anak yang mengetahui urutan mencuci tangan dengan benar tanpa diajar, sehingga ada peningkatan 8 anak yang mampu mengurutkan mencuci tangan setelah dilakukan eksperimen. Setiap anak usia dini sebaiknya mengetahui tahapan mencuci tangan dengan benar menggunakan air mengalir dan sabun. Pada lembaga PAUD anak mendapatkan ilmu mengenai cara mencuci tangan dengan bersih dan benar. Peneliti berusaha menerapkan tahapan mencuci tangan dengan benar menggunakan sabun agar mampu membentuk karakter anak agar bisa menanamkan perilaku hidup sehat. Peneliti ingin menanamkan pentingnya menjaga kebersihan sejak dini dimulai dengan mencuci tangan. Mengingat sebagian besar anak usia dini masih mengabaikan mencuci tangan sebelum makan. Ketika tangan anak bersentuhan langsung dengan makanan tanpa mencuci tangan maka bakteri yang ada di tangan mereka masuk ke dalam tubuh dan menyebabkan timbulnya penyakit. Dengan eksperimen ini, anak menjadi lebih peka bahwa bakteri itu ada dimana-mana walaupun tidak terlihat (Fauziah, 2017).

Hasil penelitian pada indikator ketiga pada table di atas memperlihatkan bahwa sebelum melakukan eksperimen terdapat 1 anak yang belum menutup bekal sendiri setelah makan tanpa disuruh sedangkan setelah dilakukan eksperimen terdapat 10 anak yang

menutup bekal sendiri setelah makan tanpa disuruh, sehingga ada peningkatan 9 anak yang menutup bekal sendiri setelah makan tanpa disuruh setelah eksperimen. Peneliti mengajarkan menutup makanan karena makanan akan mudah terkontaminasi oleh bakteri jika tidak ditutup, menanamkan kesadaran akan pentingnya hidup bersih dan sehat sebaiknya ditanamkan sejak dini hal itu dimulai dari diri anak sendiri terlebih dahulu, dengan mengajarkan kebiasaan untuk menutup makanan setelah makan membuat anak belajar mulai dari hal-hal kecil hingga menciptakan lingkungan bersih dan sehat (Handayani et al., 2016).

Hasil penelitian pada indikator keempat pada table di atas memperlihatkan bahwa sebelum melakukan eksperimen terdapat 5 anak yang belum mengetahui bahaya kuman, virus, dan bakteri sedangkan setelah dilakukan eksperimen terdapat 10 anak yang mengetahui bahaya kuman, virus, dan bakteri, sehingga ada peningkatan 5 anak yang mengetahui bahaya kuman, virus, dan bakteri setelah eksperimen. Bahaya kuman, virus, dan bakteri tidak dapat dilihat secara langsung hanya dapat dilihat dengan menggunakan mikroskop. Kuman, virus, dan bakteri dapat membuat munculnya berbagai penyakit yang dimana dimulai dari melalui tangan atau berterbangan diudara kemudia hinggap di makanan yang terbuka ataupun udara yang terhirup oleh manusia sehingga dapat menyerang sistem tubuh anak (Novard et al., 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pelaksanaan pengenalan pola hidup sehat dan bersih yang telah dilakukan pada TK Putri Ramadhani anak telah melakukan dua eksperimen sains yang telah dilaksanakan dengan baik oleh anak, hal ini ditunjukkan pada kebersihan anak usia 4-5 di TK Putri Ramadhani yang berjumlah 10 anak meningkat. Dari 4 indikator hidup bersih dan sehat yang dibiasakan anak yaitu mencuci tangan sebelum makan tanpa disuruh, mengetahui urutan mencuci tangan, menutup bekal sendiri setelah makan tanpa disuruh, mengetahui bahaya kuman, virus, dan bakteri. Anak sudah mampu membiasakan diri untuk hidup bersih dan sehat karena melakukan eksperimen pola hidup bersih dan sehat.

REFERENSI

- Astuti, A. K. (2016). Pelaksanaan Perilaku Sehat pada Anak Usia Dini di PAUD Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(3), 264–272.
- Dachrud, M., & Yusra, Y. (2018). Pendidikan Berbasis Islam Dan Multikultural Dalam Keluarga Sebagai Pembentuk Religiusitas Pada Anak. *Potret Pemikiran*, 22(2).
- Fauziah, A. N. (2017). Gambaran Sikap Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak--Anak Di TPA Sholihah Kalurahan Joyotakan Surakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 7(2).
- Handayani, R., Novaryatiin, S., & Ard hany, S. D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar di Desa Tabore Kecamatan Mentangai Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 2(1), 8–13.
- Jiastuti, T. (2018). Higiene sanitasi pengelolaan makanan dan keberadaan bakteri pada makanan jadi di RSUD dr Harjono Ponorogo. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 10(1), 13–24.

- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli, W. (2018). Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 76–82.
- Lestari, A. D. L. (2019). Identifikasi Jamur Pada Roti Yang Dijual Di Kota Langsa Berdasarkan Lama Penyimpanan. *Jurnal Jeumpa*, 6(2), 245–256.
- Nasir, N. M., Farah, W., Desilfa, R., Khaerudin, D., Safira, Y., & Virlian, V. (2020). Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Siswa SD di Tangerang Selatan. *AS-SYIFA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 45–49.
- Novard, M. F. A., Suharti, N., & Rasyid, R. (2019). Gambaran bakteri penyebab infeksi pada anak berdasarkan jenis spesimen dan pola resistensinya di laboratorium RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2014-2016. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(2S), 26–32.
- Prasanti, D. (2018). Penggunaan Media komunikasi bagi remaja perempuan dalam pencarian informasi kesehatan. *LONTAR: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(1), 15–22.
- Salim, A. (2018). Pendidikan Karakter Dan Eksistensi Pemuda. *Potret Pemikiran*, 19(2).
- Samal, A. L. (2017). Pentingnya pendidikan karakter dan budi pekerti di sekolah pada era globalisasi. *Potret Pemikiran*, 21(2).
- Sunarti, & et.al. (2019). *Keterampilan Hidup Bersih dan Sehat untuk Anak Usia Dini*. Tim Pengembang Model.