



# Love Cards: Media Orang Tua Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID-19

Zuniarsih<sup>\*✉</sup>, Maemonah<sup>\*</sup>, Issaura Dwi Selvi<sup>\*</sup>

<sup>\*</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Diterima: 13 02 2021 :: Disetujui: 15 06 2021 :: Publikasi online: 28 06 2021

**Abstrak** Dampak COVID-19 memberi pengaruh besar pada perlindungan kesehatan anak. Orang tua perlu melakukan pengawasan anak dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari COVID-19. Tujuan penelitian dengan menggunakan media *love cards*/kartu cinta sebagai bentuk aktivitas untuk meningkatkan semangat dalam melindungi kesehatan pada anak. Penelitian ini mengacu pada jenis penelitian kuantitatif eksperimen semu yang menerapkan *one group pre test-post test design*. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, angket, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan *Microsoft Excel* dengan analisis *independent sample test*. Subjek penelitian ini melibatkan 20 orang tua yang memberikan hasil capaian perkembangan anak. Hasil penelitian menunjukkan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat saat *pre test* sebesar 25%, dan setelah diberikan perlakuan menggunakan *love cards* diperoleh hasil persentase sebesar 85%. Ada kenaikan signifikan dari *pre test* ke *post test* sebesar 60%. Sehingga penggunaan *love cards* memberikan pengaruh baik pada peningkatan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini.

**Kata kunci:** peran orang tua, love cards, perilaku hidup bersih dan sehat

**Abstract** The impact of COVID-19 has had a major impact on the protection of children's health. Parents need to supervise children in implementing clean and healthy living behavior to avoid COVID-19. The purpose of this research is to use love cards as a form of activity to increase enthusiasm for protecting children's health. This research refers to the type of quantitative quasi-experimental research that applies one group pre-test-post-test design. Data collection techniques using interviews, questionnaires, and documentation. The subject of this study involved 20 parents who provide the results of children's development achievements. The results showed that the application of clean and healthy living behavior during the pre-test was 25%, and after being given treatment using love cards, the percentage was 85%. There was a significant increase from pre test to post test by 60%. That study using love cards have a good effect on increasing the application of clean and healthy living behavior (PHBS) in early childhood.

**Keywords:** the role of parents, love cards, clean and healthy living behavior

## Pendahuluan

Dunia sedang disibukkan dengan penanganan munculnya *Coronavirus Disease* (COVID-19). Penyakit ini sangat membahayakan orang yang terpapar apabila individu tersebut ada riwayat penyakit serius. Saat ini virus COVID-19 yang menjadi penyebabnya belum pernah teridentifikasi sebelumnya. Tidak terkecuali negara Indonesia juga, di mana penyebaran virus ini sangat cepat. Munculnya virus ini memberikan dampak luar biasa pada semua bidang dan tatanan rutinitas kehidupan manusia yang bersifat pribadi, bermasyarakat maupun bernegara. Berbagai upaya dan tindakan yang dilakukan pemerintah untuk meminimalisir meluasnya COVID-19, di antaranya Permendikbud Nomor 21 Tahun 2020 mengenai Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB)

dalam upaya penanggulangan COVID-19 yang berakibat pada pengurangan atau terbatasnya kegiatan-kegiatan yang menyebabkan kerumunan di masyarakat. Selanjutnya muncul juga surat Edaran Kemendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020, tentang Pembelajaran secara *online* dan tentang aktivitas Belajar Dari Rumah (BDR) (Moerad et al., 2019). Kebijakan ini mengharuskan pendidik dan peserta didik untuk melaksanakan tugasnya dari rumah. Kebijakan ini berlaku mulai jenjang pendidikan terendah PAUD hingga Perguruan Tinggi. Hal tersebut tentunya dapat mempengaruhi hubungan antara pendidik dan peserta didik, namun juga pada hal memaksimalkan pelaksanaan belajar dari rumah dengan peran orang tua (Nurkolis & Muhdi, 2020). Melalui kebijakan tersebut, guru dan murid dituntut dan diwajibkan untuk belajar dan bekerja. Keberhasilan pembelajaran dalam jaringan (*daring*) ditinjau dari kekompakan dan kerja sama antara orang tua dengan guru. Semakin ditingkatkan kerja sama, maka hasil pembelajaran akan semakin baik, begitu pun sebaliknya (Khadijah & Gusman, 2020).

Orang tua berperan penting untuk mendampingi keberhasilan anak ketika mengikuti pembelajaran dari rumah, banyak pihak yang terkait dengan dunia pendidikan menerbitkan berbagai buku panduan dalam mendampingi anak-anaknya selama anak-anak belajar di rumah. Buku panduan tersebut sengaja dicetak dengan sasaran orang tua yang menjadi pengganti guru selama anak-anak melaksanakan pembelajaran *online* (Sudarna, 2014). Peran orang tua dimulai dengan melatih sikap anak serta membimbing dan mengajarkan keterampilan dasar, seperti pembiasaan karakter yang baik dan pendidikan agama yang secara sabar dan terus menerus. Akan tetapi, peran orang tua sudah tergantikan oleh guru atau pendidik. Orang tua dan masyarakat harus ikut bertanggung jawab melaksanakan pendidikan, bukan hanya menjadi tanggung jawab sepenuhnya milik guru (Priambodo & Prabawani, 2016).

Orang tua berperan pada peserta didik dalam hal belajar di rumah menjadi mutlak/peran sentral. Ibarat kata profesi dokter saat ini sebagai ujung tombak dalam penanggulangan COVID-19, maka orang tua menjadi ujung tombak dalam pembelajaran *online* selama anak belajar dari rumah. Hal ini dikarenakan situasi sekarang yang mengharuskan antara orang tua dan anak-anak harus selalu berada di rumah setiap saat. Urgensi orang tua tidak hanya mendampingi anak-anak belajar secara akademik saja, namun juga terkait dengan pendampingan perkembangan moral dan spiritual anak-anak. Penanaman karakter menjadi prioritas pertama di usia dini. Berdasar pada hal tersebut, peneliti ingin mengetahui jawaban dari seberapa besar peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards*/kartu cinta untuk penerapan PHBS kepada peserta didik di TK ABA Rewulu Kulon saat pandemi ini.

Saat situasi wabah COVID-19 seperti sekarang ini, pembelajaran tatap muka sangat tidak mungkin dilaksanakan antara guru dan murid. Upaya peneliti untuk memantau perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak melalui peran orang tua ini, merupakan hal riil yang bisa dilakukan untuk meminimalisir berkembangnya *Coronavirus Disease* (COVID-19). Kesehatan hal utama dalam hidup, karena segala aktivitas manusia bisa dilakukan jika kondisi badan dalam keadaan sehat. Kesehatan dinilai berdasarkan produktivitasnya, bukan hanya ditinjau dari aspek mental, fisik, dan sosial saja. Menurut lembaga kesehatan dunia, *World Health Organization* (WHO), kesehatan adalah posisi kondisi sempurna dan yang terbaik secara mental, sosial, maupun fisik serta terbebas dari cacat dan penyakit. Banyak masalah kesehatan yang muncul di belahan dunia, tidak terlepas dari minimnya kesadaran dan pemahaman masyarakat untuk menerapkan perilaku pola hidup bersih dan sehat. Satu dari banyak penyakit yang muncul paling banyak untuk anak-anak di Indonesia ialah diare (Rahmawati et al., 2008).

Kesehatan anak menjadi sangat penting untuk diperhatikan, karena masa depan sebuah bangsa berada di genggaman anak-anak. Usia bawah lima tahun (*balita*) adalah kesempatan yang sangat berharga untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik motorik anak. Sehingga diharapkan di usia ini pendampingan dari orang tua terhadap perkembangan anak-anaknya harus dilakukan secara baik. Peran serta orang tua siswa/anak saat pembelajaran merupakan suatu keharusan semi kepentingan keluarga terutama anak. Garda terdepan dalam mengatasi COVID-19 adalah dokter, maka garda terdepan saat ini mengatasi dan melaksanakan pendidikan akademik adalah orang tua karena selama 24 jam anak-anak hanya berada di dalam rumah dan tidak bisa berinteraksi lebih dengan lingkungan luar (Novitasari, 2018). Hal yang tidak kalah pentingnya dan harus

ditanamkan pada masa ini adalah tentang PHBS untuk anak, yang akan memberikan peran dalam tumbuh kembang anak-anak ke depannya.

PHBS merupakan kesadaran dalam tingkah laku melalui dirinya sendiri, keluarga atau suatu komunitas yang dapat menolong individu tersebut dalam bidang kesehatan serta berperan aktif dalam merealisasikan lingkungan sehat di sekitarnya (Kurniati et al., 2020). Hal lain yang mendasari pentingnya usia ini diperkenalkan dengan PHBS ialah, daya ingat anak yang sangat kuat, sehingga diharapkan jika di masa emasnya ini anak sudah mendapatkan dasar yang kuat dalam menerapkan pola PHBS, ke depan diharapkan anak bisa berkembang dan tumbuh maksimal, baik dari sisi fisik maupun psikis (Soetjningsih, 2012).

Anak-anak TK ABA Rewulu Kulon berada di usia empat sampai tujuh tahun, yang sangat riskan terhadap terjangkitnya diare dan penyakit lainnya sebelum sekolah mengadakan sosialisasi tentang pentingnya PHBS. Sosialisasi dengan sasaran orang tua dan semua anak ini dimaksudkan agar anak dan keluarganya bisa memahami tentang arti penting penerapan PHBS di rumah maupun di semua tempat. Hal ini tentunya untuk menjaga anak dan keluarganya dari berbagai macam penyakit, terlebih saat pandemi ini. Upaya penerapan PHBS harus lebih ditingkatkan lagi. Dengan peran aktif pendidik dan seluruh orang tua/wali, program ini akan membantu mewujudkan anak dan keluarga yang sehat. Peranan orang tua sangat diperlukan dalam memberikan pengertian, membimbing, mengingatkan, dan memberikan fasilitas kepada anak, agar anak dapat terbiasa dalam menjaga kesehatan dan kebersihan (Cahyati & Kusumah, 2020).

Notoatmodjo mengatakan ada beberapa hal yang harus disampaikan kepada anak-anak untuk menanamkan perilaku bersih sehat pada anak, diantaranya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitarnya, juga wajib menjaga keselamatan diri dan lingkungan dari mara bahaya yang mengancamnya. Kegiatan sederhana yang bisa diterapkan pada anak-anak jika berada di rumah misalnya membuang sampah pada tempatnya; tidak membuang sampah atau bekas kemasan makanan sembarangan; memakai sandal jika keluar rumah; meletakkan alas kaki pada rak yang sudah disediakan; membersihkan dan merapikan mainan; pada saat anak batuk mulut ditutup; tidak mendekati orang yang sedang merokok; serta kebersihan dalam membuang air kecil dan membuang air besar di kloset atau jamban. Hal yang sering dilakukan oleh anak pada usia dini akan menjadi kebiasaan dan akan menjadi karakter. Oleh karena itu orang tua bisa mengajak anak-anak untuk melakukan berbagai kegiatan ringan di atas dengan suasana yang menyenangkan dan tidak terkesan menyuruh anak (Notoadmodjo, 2014).

Adanya tingkat pengetahuan dan pemahaman orang tua yang baik dalam PHBS akan menentukan hasil penerapan PHBS anak selama mereka belajar di rumah. Delapan pesan PHBS untuk anak usia terdiri dari; makan-makanan yang berbahan dasar alam seperti buah dan sayur setiap hari, pemilihan jajanan bersih dan sehat, membuang sampah pada tempatnya, olah raga secara teratur, menyikat gigi dua kali dalam sehari, memotong kuku jari tangan dan kaki secara teratur, cuci tangan di air mengalir menggunakan sabun (Mardhianti, 2013). Awalnya orang tua ikut andil dalam membimbing karakter anak, sikapnya serta bakat dasar anak, misalnya patuh mengikuti aturan sesuai ajaran agama, memberikan contoh kebiasaan yang baik dan benar, kemudian ditingkatkan menjadi luas yakni sebagai pendamping saat pelaksanaan pendidikan akademik (Nurlaeni & Juniarti, 2017).

Anak tidak akan merasa sendirian apabila pembelajaran dari rumah dilakukan bersama orang tua. Orang tua berperan sebagai penyemangat (*support system*), tempat berdiskusi dan bertanya, memfasilitasi kebutuhan anak, melihat, mengkaji dan mengembangkan bakat anak, membantu mengenali diri sendiri, dan menyajikan dan menyiapkan keadaan lingkungan yang nyaman dan aman untuk belajar anak (Iftitah & Anawaty, 2020). Menurut Zakiyah Daradjat, orang tua yang sebenarnya memiliki tanggung jawab penuh dalam pendidikan anaknya. Segala nilai kehidupan bisa ditanamkan oleh orang tua di manapun tempatnya, mulai dari rumah dan setiap saat di kala anak bersama orang tua. Karakter harus ditanamkan oleh orang tua sejak usia dini. Namun kondisi dan kapasitas antara orang tua yang satu dengan orang tua yang lain pastinya berbeda-beda, sehingga hal ini sangat disadari oleh orang tua dan berbagai pihak pemerhati pendidikan, khususnya pemerintah melalui lembaga pendidikan, bahwa untuk mengajarkan kepada anak terkait dengan berbagai ilmu dan keterampilan diperlukan keterlibatan dari orang

lain/pendidik. Pendidikan secara akademik memerlukan campur tangan dari para pendidik dan ilmu profesional untuk mewujudkan sumber daya manusia yang unggul (Daradjat, 2012).

Penelitian sebelumnya belum pernah ada yang menerapkan *love cards* dalam program PHBS. Sebuah penelitian yang selaras dengan penelitian ini adalah penggunaan media *Star Stickers* dalam membangun rasa percaya diri anak. Dengan memiliki tujuan yang sama, *Star Stickers* merupakan bentuk sebuah apresiasi kepada anak agar dapat memberikan semangat dan meningkatkan kepercayaan diri anak untuk menjalani kehidupan (Munawaroh, 2019). *Love Cards* dari peneliti untuk anak-anak yang belajar dan bermain di rumah, sangat menarik dan mendapatkan respon luar biasa dari anak-anak dan orang tua di rumah. Pemantauan dapat dilakukan oleh peneliti setiap hari, melalui laporan orang tua melalui *WhatsApp Group* yang beranggotakan peneliti, kepala TK ABA Rewulu Kulon, pendidik kelompok B1 dan seluruh orang tua/wali anak kelompok B1 TK ABA Rewulu Kulon. Dari pengamatan dan wawancara peneliti dengan kepala TK ABA Rewulu Kulon, *Love Cards* belum pernah diterapkan oleh lembaga lain.

*Love Cards* menjadi pilihan dalam melaksanakan pemantauan hidup bersih sehat pada anak-anak di rumah, karena media ini sangat mudah dibuat, mudah dibawa oleh orang tua, mudah disimpan dan aman untuk anak-anak, sangat menarik untuk anak dengan warna mencolok dilengkapi dengan berbagai macam aksesoris, bahan dasar mudah dicari dan tidak memberatkan dalam kondisi pandemi ini. Beberapa hal tersebut menjadi dasar kuat peneliti meneliti lebih jauh tentang Peran Orang Tua dalam Menggunakan *Love Cards* untuk Penerapan PHBS pada Anak TK ABA Rewulu Kulon Di Masa Pandemi COVID-19.

## Metode

Metode penelitian ini menggunakan desain *One Group Pre test-Post test Design* yang mengacu pada jenis penelitian kuantitatif eksperimen semu. Penelitian ini dilakukan di TK ABA Rewulu Kulon Godean. Subyek penelitian ini melibatkan beberapa orang tua dari anak-anak kelompok B1 TK ABA Rewulu Kulon yang berjumlah 20 orang.

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu (*quasi-experimental*). Desain eksperimen kuasi yang dinilai sangat praktis dan etis sering kita jumpai di bidang psikologi (Arikunto, 2014). Desain kuasi memiliki banyak desain eksperimen, salah satunya akan digunakan dalam penelitian ini yaitu desain *the one group pre test-post test design* atau disebut *before-after design* (Latipun, 2012). Pengukuran terhadap variabel terikat yang telah dimiliki subyek, merupakan langkah yang dilakukan pada awal penelitian ini. Sesudah dilakukan tindakan manipulasi, dilakukan kembali pengukuran terhadap variabel terikat menggunakan alat ukur sama. Gambar dari desain penelitian ini adalah:

$$O_1 \times O_2$$

Gambar 1. Eksperimen *the one group pretest-posttest design*

### Keterangan:

O<sub>1</sub> : Pretest (sebelum dilakukan tindakan/perlakuan)

O<sub>2</sub> : Posttest (setelah dilakukan tindakan/perlakuan)

X : Tindakan/perlakuan.

Adapun instrumen penelitian ini menggunakan angket dan wawancara untuk orang tua anak. Berikut ini kisi-kisi indikator instrumen PHBS.

Tabel 1. Indikator Instrumen PHBS

No	Aspek	Indikator
1	Kebersihan Lingkungan	a. Membuang sampah pada tempatnya. b. Merapikan mainan. c. Membantu membereskan piring setelah selesai makan. d. Membantu membersihkan lingkungan rumah. e. Meletakkan sandal/sepatu pada tempatnya/rak sepatu. f. Buang air kecil dan besar pada tempatnya /jamban.

No	Aspek	Indikator
2	Kebersihan Diri	a. Mandi dua kali sehari. b. Mandi menggunakan sabun. c. Keramas setiap dua hari sekali memakai shampo. d. Menggunakan pasta gigi untuk menggosok gigi. e. Sikat gigi dua kali sehari. f. Membersihkan telinga.
3	Perilaku Makan dan Minum	a. Terbiasa sarapan pagi. b. Makan tiga kali sehari. c. Mau makan sayur. d. Mau makan buah. e. Minum susu setiap hari. f. Cuci tangan sebelum dan sesudah makan. g. Mengelap tangan dengan lap/ <i>tissue</i> yang bersih. h. Minum air putih matang. i. Makan jajanan yang sehat (Tidak ada pengawet dan pewarna kimia).
4	Perilaku Sakit Penyakit	a. Memotong kuku seminggu satu kali. b. Ganti baju setiap hari. c. Cuci tangan dan kaki memaki sabun dan air mengalir. d. Mau minum obat saat sedang sakit. e. Minta diantar ke dokter saat tidak enak badan. f. Ada anggota keluarga merokok. g. Memakai masker setiap melakukan aktivitas. h. Menjaga jarak/tidak berkerumun.
5	Perilaku Keseimbangan	a. Saat sekolah/belajar anak mengantuk. b. Bangun pagi sebelum jam 5 pagi. c. Tidur lebih dari jam 9 malam. d. Mau tidur siang. e. Sering jalan kaki dalam setiap kegiatan. f. Mengukur TB dan BB sebulan sekali. g. Olah raga seminggu sekali.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini, ialah Scala Guttman. Skala yang digunakan untuk mendapatkan jawaban tegas dari responden, yaitu hanya terdapat dua interval yakni “ya-tidak”.

Tabel 2. Penilaian dari Kategori Pilihan

No	Kategori Pilihan	Nilai
1	Ya	1
2	Tidak	0

Teknik *random* sampling menjadi pilihan peneliti dalam menentukan pengambilan sampel dalam penelitian ini. Tidak semua subjek pada populasi diteliti, cukup mengambil sebagian dari subjek keseluruhan. Dengan kata lain, sampel adalah bagian dari populasi. Berperan sebagai sumber data, perwakilan dari populasi (Machali, 2016). Rumus yang dipakai dalam pengambilan sampel seperti di bawah ini:

$$n = 25 \% \times N$$

Gambar 2. Rumus Pengambilan Sampel

**Keterangan:**

n : Besaran sampel.  
 N : Besaran populasi.

Hasil dari rumus di atas didapatkan bilangan/angka 20,5, dikarenakan subjek dalam penelitian ini yaitu manusia, maka bilangan/angka dibulatkan menjadi 20. Sampel dalam penelitian ini ialah orang tua anak-anak kelompok B1.

Metode analisis data dilakukan secara kuantitatif. Metode kuantitatif digunakan dalam skor tes menganalisis data kuantitatif yang didapatkan dari hasil penerapan indikator hidup bersih sehat anak-anak kelompok B TK ABA Rewulu Kulon selama pembelajaran dilaksanakan di rumah (Suryabrata, 2014). Nilai hasil penerapan indikator PHBS akan dihitung dengan menjumlahkan nilai atau skor yang didapatkan oleh anak serta mengkonversikannya kedalam *grade* nilai 0-100 menggunakan aturan sebagai berikut:

$$T = \frac{JS}{SM} \times 100$$

**Keterangan:**

- N : Nilai penerapan indikator PHBS.  
 X : Jumlah skor yang diperoleh.  
 SM : Jumlah skor maksimum.

Uji hipotesis digunakan uji t, namun sebelumnya diberikan uji persyaratan data yaitu dengan uji normalitas menggunakan chi kuadrat. Dalam penelitian kuantitatif pengolahan data yang dimaksud ialah proses untuk mendapatkan data penting dengan menggunakan cara atau strategi dan rumusan tertentu (Sugiyono, 2016). Penelitian kali ini menggunakan data yang ada hubungannya dengan angka, maka analisis data yang dipakai berupa analisis statistik. Dalam analisis statistik ini sendiri terdapat beberapa tahap uji analisis.

## Hasil Penelitian dan Analisis

### Pre-test

Sebelum melakukan penelitian, peneliti datang ke lembaga untuk meminta ijin kepada kepala sekolah, dilanjutkan dengan menyiapkan angket dalam format Scala Guttman yang sudah mendapatkan validasi dari psikolog. Dalam pembuatan angket ada saran dari ahli/psikolog yaitu, pada beberapa item mohon diberikan keterangan berapa kali harus dilakukan. Dalam tahap ini peneliti membagikan angket/kuesioner kepada 82 orang tua anak kelompok B. Orang tua yang berpartisipasi dalam pengisian angket ini orang tua dari anak kelompok B1, B2, B3 dan kelompok B4. Hal ini peneliti lakukan untuk menentukan subjek penelitian yang akan dijadikan sampel penelitian.

Dengan hasil perhitungan pre test, dapat diketahui bahwa hasil capaian penerapan perilaku hidup bersih sehat anak-anak kelompok B sebagai berikut: kategori sangat rendah ada 6 anak, kategori rendah ada 47 anak, kategori sedang ada 8 anak dan kategori tinggi ada 21 anak. Sedangkan untuk kategori sangat tinggi belum ada anak yang berhasil menerapkannya. Dari data tersebut dapat kita simpulkan dari 82 anak, 21 anak yang masuk dalam kategori tinggi dan persentase ketercapaian penerapan PHBS anak-anak kelompok B sebesar 25%.

Di awal penelitian, peneliti sudah menetapkan bahwa kelas atau kelompok masuk kriteria sebagai sampel penelitian adalah kelas/kelompok yang hasil capaian masuk dalam kategori sangat rendah, rendah, dan kategori sedang. Setelah mencermati hasil *pre test* maka peneliti mengambil orang tua kelompok B1, sejumlah 20 orang yang memenuhi kriteria menjadi sampel penelitian. Dari 20 orang tua kelompok B1 semua bersedia untuk mengikuti program peran orang tua dalam penggunaan *Love Cards* untuk meningkatkan penerapan PHBS pada anak-anak selama belajar di rumah pada masa pandemi.

Hasil dari capaian penerapan perilaku hidup bersih dan sehat anak-anak kelompok B1, ada tiga kategori capaian diantaranya; 4 anak masuk dalam kategori sedang, 14 anak kategori rendah, dan masih ada 2 anak yang masuk kategori sangat rendah. Dari 20 orang tua ini selanjutnya akan peneliti berikan tindakan eksperimen/perlakuan dengan program mengoptimalkan peran orang tua dalam penggunaan *Love Cards* untuk meningkatkan penerapan PHBS pada anak-anak kelompok B TK ABA Rewulu Kulon di masa pandemi.

### Post-test

Dalam tahap ini peneliti membagikan angket *post test* yang sudah dibagikan saat pendistribusian *Love Cards*, dengan teknis pengumpulannya dibuat sistem *shift*. Angket yang dibagikan saat *post*

*test* sama dengan angket yang dibagikan saat *pre test*, sejumlah 20 angket sesuai dengan jumlah orang tua anak kelompok B1. Hal ini dimaksudkan agar dapat diketahui secara valid hasil peningkatan variabel yang diukur/variabel terikat, karena tidak ada perubahan instrumen dalam angket yang dijadikan alat ukurnya. Angket diisi oleh orang tua tepat di hari terakhir waktu penelitian. Di saat itu pula anak genap mendapatkan 90 *Love Cards*. Di mana *Love Cards* tersebut difungsikan sebagai *reward* untuk anak-anak. Melalui *Love Cards* ini anak-anak bersama orang tua bisa mengembangkan ke bidang pengembangan lain, misalnya mengurutkan pola, mengklasifikasikan benda berdasarkan warna, membuat kreasi bentuk sesuai imajinasi anak dan masih banyak kreasi lain yang dihasilkan oleh anak-anak. Hal ini bisa peneliti ketahui berdasarkan foto kreasi *Love Cards* anak-anak yang dikirimkan oleh orang tuanya.

Selain berfungsi sebagai *reward* untuk anak-anak dalam penerapan PHBS, *Love Cards* juga memudahkan orang tua dalam mengkondisikan anak-anak. Karena ada beberapa orang tua yang mengeluh via *video call* bahwa anak-anak sulit dibimbing oleh orang tua, namun setelah diberitahu akan diberi hadiah *Love Cards* anak lebih mudah diarahkan/dibimbing orang tua. Dari data tersebut dapat diketahui 20 subjek penelitian menunjukkan hasil *post test* sebagai berikut; 3 anak menunjukkan kategori sedang dan 17 anak menunjukkan kategori tinggi. Pada hasil *post test* kategori sangat tinggi tidak berhasil diterapkan oleh anak-anak. Capaian paling tinggi adalah kategori tinggi yang dicapai oleh 17 anak. Jika di hasil *pre test*, dari sampel penelitian yang sama diperoleh persentase 25%, hasil *post test* akhir penelitian diperoleh persentase sebesar 85%.

Subjek setiap harinya dikondisikan untuk mematuhi indikator yang sudah ditetapkan sesuai indikator PHBS. Dalam setiap aktivitas anak-anak, orang tua diharapkan untuk selalu mengingatkan dan memantau kegiatan anak tetap memperhatikan protokol kesehatan di masa pandemi ini. Hal ini sangat diperlukan pada masa sekarang untuk meminimalisir penyebaran *Coronavirus Disease (COVID-19)* yang saat ini penyebarannya sangat cepat. Diharapkan juga, hal ini apabila bisa berjalan dengan baik akan menjadi kebiasaan baik untuk anak dan keluarga sehingga menjadi kebiasaan hidup sehat yang sangat membantu kesehatan fisik dan psikis anak-anak dan keluarga. Dari hasil *pre test* dan *post test* dapat kita ketahui bahwa program peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards* sangat berpengaruh untuk meningkatkan penerapan PHBS pada anak-anak.

Program peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards* dalam tiga bulan dengan metode pendampingan dan selalu mengingatkan dalam segala aktivitas anak, dinilai peneliti berpengaruh untuk meningkatkan penerapan PHBS pada anak kelompok B TK ABA Rewulu Kulon. Orang tua berperan penting untuk memberikan bimbingan, pengertian, dan memberikan fasilitas sehingga anak mudah menerapkan, mengingat kesehatan dan kebersihan secara alami. Selain itu orang tua juga berperan penting dalam hal pengawasan anak dalam penerapan hidup bersih sehat, agar menjadi kebiasaan baik dan sehat untuk keberlangsungan hidup ke depannya.

Pengolahan analisis data menggunakan *Microsoft Excel* dengan menggunakan analisis *independent sample test* didapatkan skor nilai signifikan sebesar 0,001 dan  $H_0$  ditolak apabila signifikan  $< \alpha$ , nilai  $\alpha = 0,05$ . Oleh sebab itu, nilai signifikan  $> \alpha$  atau  $0,001 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dari uraian skor signifikansi di atas menunjukkan bahwa program peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards* terbukti berpengaruh pada meningkatnya penerapan PHBS anak dengan signifikan 0,001. Berikut hasil pengolahan *Microsoft Excel* dengan uji *independent sample test*:

Tabel 3. Uji Independent Sample Test

t-test for Equality of Means				
KD Equal variances assumed	T	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Equal	-10,044	-001	14,52631579	2.21560
not assumed	-10,044	-001	14,52631579	2.21560

Akan peneliti sampaikan hasil dari capaian skor *pre test* dan *post test* penerapan perilaku hidup bersih sehat anak-anak kelompok B1. Hal ini bisa diketahui yang diolah menggunakan *Microsoft Excel*. Data hasil *pre test* dan *post test* sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil *Pre test* dan *Post test* Penerapan PHBS

No	Hasil <i>Pre-Test</i>	Hasil <i>Post-Test</i>	Kategori
1	11	32	Tinggi
2	7	22	Sedang
3	15	31	Tinggi
4	22	30	Tinggi
5	12	26	Tinggi
6	22	25	Tinggi
7	15	30	Tinggi
8	14	28	Tinggi
9	15	27	Tinggi
10	22	27	Tinggi
11	7	21	Sedang
12	12	30	Tinggi
13	13	25	Tinggi
14	17	27	Tinggi
15	13	25	Tinggi
16	14	26	Tinggi
17	12	22	Sedang
18	13	27	Tinggi
19	12	32	Tinggi
20	19	30	Tinggi

Dapat diketahui pula bahwa hasil *pre test* menunjukkan 2 anak mendapatkan kategori sangat rendah, 14 anak mendapatkan kategori rendah dan 4 anak mendapatkan kategori sedang. Jika dituliskan dalam persentase, hasil *pre test* dalam angka 25%. Kemudian untuk hasil *post test* dapat diperoleh 3 anak mendapat kategori sedang dan 17 anak masuk kategori tinggi. Jika dituliskan dalam persentase akan muncul nilai 85%. Sangat jelas bahwa setelah diberikan perlakuan program peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards* untuk penerapan perilaku hidup bersih dan sehat ada kenaikan signifikan sebanyak 60%. Setelah ada tindakan eksperimen/perlakuan, berdasarkan tabel di atas dapat kita ketahui, bahwa semua subjek penelitian mengalami kenaikan hasil dari *pre test* ke *post test*. Dari hasil tersebut di atas dapat kita ketahui bahwa penerapan PHBS pada 20 anak, semua mengalami peningkatan setelah diberikan tindakan eksperimen/perlakuan melalui program peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards*.

## Pembahasan

Pelaksanaan *pre test* dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 82 orang tua anak kelompok B. Hasil *pre test* yang didapatkan ialah, 6 anak masuk kategori Sangat Rendah, 47 anak masuk kategori Rendah, 8 anak masuk kategori Sedang dan 21 anak masuk kategori Tinggi. Orang tua yang mengisi pre test adalah orang tua dari anak kelompok B1, B2, B3 dan kelompok B4. Setelah hasil *pre test* keseluruhan didapatkan, peneliti segera merekap hasil dan bisa menentukan sampel penelitian ialah orang tua anak kelompok B1 yang dalam hasil *pre test* masuk dalam kategori 2 anak Sangat Rendah, 14 anak kategori Rendah dan 4 anak masuk kategori Sedang. Belum ada satu anak pun dari kelompok B1 yang masuk kategori tinggi, sehingga hal ini merupakan alasan kuat bagi peneliti untuk memilih kelompok B1 sebagai sampel penelitian.

Selama penelitian berlangsung peran orang tua menjadi salah satu indikator suksesnya penerapan hidup bersih sehat pada anak-anak selama pembelajaran di rumah. Orang tua berperan sebagai fasilitator dan sebagai guru pendamping selama anak-anak belajar di rumah, dan ini bukan merupakan kondisi standar pembelajaran biasa. Hal ini lebih dikarenakan situasi pandemi COVID-19. Selain peran pentingnya orang tua sebagai fasilitator dan guru pendamping selama

anak-anak melakukan kegiatan/belajar di rumah ada hal yang mendasari peneliti menggunakan media *Love Cards*, karena *Love Cards* bahan yang digunakan murah dan mudah diperoleh, cara pembuatan yang relatif mudah, bisa menggunakan bahan sisa atau bekas, tidak ada kekhususan bahan dasar, warna yang menarik, barang yang sangat ringan dan tidak memberatkan untuk anak-anak maupun orang tua saat dibawa, bisa dipergunakan dalam waktu yang lama jika dirawat dengan baik dan bisa untuk dijadikan *reward* atas hasil capaian perkembangan anak. Variabel yang ingin dicapai bisa dikembangkan ke aspek yang lainnya, tidak hanya dalam penerapan hidup bersih sehat saja.

Tiga bulan penelitian anak-anak setiap harinya akan mendapatkan *reward* berupa *emoticon heart* melalui aplikasi *WhatsApp Group* kelas, jadi setiap malam anak-anak akan langsung mengetahui hari tersebut anak mendapatkan *Love Cards* warna apa, tentunya sesuai dengan kategori penerapan PHBS yang dicapai. Sedangkan untuk bentuk fisik *Love Cards* akan diperoleh anak-anak setiap hari Sabtu dalam setiap minggunya. *Love Cards* akan dibagikan kepada orang tua setiap hari Sabtu, di hari tersebut orang tua selalu datang ke lembaga untuk mengumpulkan kegiatan belajar anak, sekaligus peneliti gunakan untuk membagikan *Love Cards*, dan setelah sampai di rumah dimohon untuk segera diberikan kepada anak-anak. Selama penelitian berlangsung, setiap anak akan mendapatkan *Love Cards* berjumlah 90 kartu, warna kartu sesuai dengan kategori capaian indikator PHBS yang berhasil diterapkan oleh anak-anak. Pendampingan dari peneliti selalu diberikan melalui wawancara via *video call* dan dokumentasi foto-foto kegiatan anak-anak. Konsultasi juga dilakukan melalui aplikasi *WhatsApp Group* maupun jalur pribadi untuk menjaga privasi orang tua.

Kemudian hasil *post test* terhadap sampel subjek penelitian diperoleh hasil: 3 anak kategori Sedang dan 17 anak masuk kategori Tinggi. Dari hasil tersebut bila dituliskan dalam persentase akan muncul skor 85%, dan dapat kita nyatakan penerapan hidup bersih sehat anak-anak setelah diberikan perlakuan peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards* mempunyai pengaruh yang sangat tinggi. Dibuktikan dengan kenaikan penerapan hidup bersih sehat saat *pre test* sebesar 25%, dan setelah diberikan tindakan/perlakuan didapatkan hasil persentase sebesar 85%. Ada kenaikan signifikan dari *pre test* ke *post test* sebesar 60%.

Hal lain yang bisa peneliti lihat, dari laporan orang tua hari Sabtu setiap minggunya di akhir penelitian orang tua sudah jarang mengingatkan anak untuk menerapkan hidup bersih sehat, anak-anak sudah mulai terbiasa beraktivitas tanpa mengabaikan protokol kesehatan. Selama tiga bulan dilakukan eksperimen, dari 82 keluarga wali TK ABA Rewulu Kulon tidak ada anggota keluarga yang sakit atau terpapar *Coronavirus Disease*. Semua bisa melakukan pembelajaran dari rumah dan bisa beraktivitas dengan lancar.

## Simpulan dan Saran

Program peran orang tua dalam menggunakan *Love Cards* memberikan pengaruh baik pada peningkatan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) pada anak kelompok B TK ABA Rewulu Kulon. Penerapan *love cards* selama masa pandemi COVID-19 bukanlah hal yang rumit untuk dilakukan selama PHBS. *Love cards* dapat dijadikan sebagai media yang sederhana, daur ulang dan mudah ditemukan di rumah. Sehingga orang tua tidak perlu membeli dengan harga yang mahal. Saran penelitian selanjutnya, dapat melanjutkan penelitian ini dengan mengembangkan konsep *love cards* yang berbeda.

## Daftar Rujukan

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Cahyati, N., & Kusumah, R. (2020). The Role of Parents in Applying Learning at Home During the Covid Pandemic 19. *Journal Golden Age, Universitas Hamzanwadi*, 4(2), 322-332.
- Daradjat, Z. (2012). *Ilmu Pendidikan Islam*. Bumi Aksara dan PKAI Depag RI.
- Iftitah, S. L., & Anawaty, M. F. (2020). Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Rumah Selama Pandemi Covid-19. *JCE (Journal of Childhood Education)*, 4(2), 71-81.

<https://doi.org/10.30736/jce.v4i2.256>

- Khadijah, K., & Gusman, M. (2020). Pola Kerja Sama Guru dan Orang Tua Mengelola Bermain AUD Selama Masa Pandemi Covid-19. *Kumara Cendekia*, 8(2), 154-171. <https://doi.org/10.20961/kc.v8i2.41871>
- Kurniati, E., Nur Alfaeni, D. K., & Andriani, F. (2020). Analisis Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241-256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.541>
- Latipun. (2012). *Psikologi Eksperimen*. UMM Press.
- Machali, I. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif*. MPI Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Mardhianti, R. (2013). Pesan Kesehatan : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini dalam Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(3). <https://doi.org/10.35952/jik.v2i3.71>
- Moerad, S. K., Susilowati, E., Savitri, E. D., Rai, N. G. M., Windiani, W., Suarmini, N. W., Hermanto, H., Mahfud, C., & Widyastuti, T. (2019). Pendampingan Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini - Pos PAUD Terpadu Melati Kelurahan Medokan Ayu - Rungkut Surabaya. *SEWAGATI*, 3(3), 90-96. <https://doi.org/10.12962/j26139960.v3i3.6016>
- Munawaroh, Z. A. (2019). Pengaruh Pemberian Reward Stiker Bintang terhadap Percaya Diri Anak Kelompok B di TK Thoriqussalam Sidoarjo. *JECED : Journal of Early Childhood Education and Development*, 1(1), 21–29. <https://doi.org/10.15642/jeced.v1i1.494>
- Notoadmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Novitasari, Y. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(1), 44-49. <https://doi.org/10.36341/jpm.v2i1.573>
- Nurkolis, N., & Muhdi, M. (2020). Keefektivan Kebijakan E-Learning Berbasis Sosial Media pada PAUD di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 212-228. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.535>
- Nurlaeni, & Juniarti, Y. (2017). Peran Orang Tua dalam Mengembangkan Kemampuan Bahasa pada Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal Pelita PAUD*, 2(1), 51-62. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v2i1.196>
- Priambodo, S., & Prabawani, B. (2016). Pengaruh Persepsi Manfaat, Persepsi Kemudahan Penggunaan, dan Persepsi Risiko terhadap Minat Menggunakan Layanan Uang Elektronik (Studi Kasus pada Masyarakat di Kota Semarang). *Jurnal Ilmu Administrasi Bisnis*, 5(2).
- Rahmawati, E., Padmawati, R. S., & Widyatama, R. (2008). Analisis Kebutuhan Program Promosi Pencegahan Diare pada Anak Berusia di Bawah Dua Tahun. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 24(3), 111-119. <https://doi.org/10.22146/bkm.3588>
- Soetjningsih. (2012). *Tumbuh Kembang Anak*. EGC.
- Sudarna. (2014). *Pendidikan Anak Usia Dini Berkarakter*. Genius Publisher.
- Sugiyono. (2016). *Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2014). *Metodologi Penelitian*. PT. Rajagrafindo Persada.