



## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep Anak

##### 2.1.1 Pengertian Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah yaitu anak pada rentang usia 6-12 tahun, mempunyai kekuatan fisik, memiliki sifat yang individual, serta aktif dan tidak lagi memiliki ketergantungan pada orang tua. Pertumbuhan dan perkembangan anak terjadi pada masa usia sekolah, hal ini berpengaruh terhadap pembentukan karakter dan sifat anak. Pada masa usia sekolah menjadi kesan awal pada anak yang dapat memunculkan rasa dalam bertanggung jawab dalam berhubungan dengan teman sebaya, orang tua, dan lainnya. Selain itu, masa usia sekolah merupakan tahap seorang anak dalam mendapatkan dasar pengetahuan yang menunjang keberhasilan anak dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan saat dewasa, dan mendapatkan suatu keterampilan tertentu (Diyantini, Ni Luh and Sagung, 2015).

##### 2.1.2 Perkembangan Anak Sekolah

Perkembangan dalam bahasa Inggris disebut *development*. Menurut Santrock *development is the pattern of change that begins at conception and continues through the life span*, yang artinya perkembangan adalah perubahan pola yang dimulai sejak masa konsepsi dan berlanjut sepanjang kehidupan. Perkembangan berorientasi pada proses mental sedangkan pertumbuhan lebih berorientasi pada peningkatan ukuran dan struktur. Jika perkembangan berkaitan dengan hal yang bersifat fungsional, sedangkan pertumbuhan berkaitan dengan hal yang bersifat biologis. Misal, jika dalam

perkembangan mengalami perubahan pasang surut mulai lahir sampai mati. Tetapi, jika pertumbuhan contohnya seperti, pertumbuhan tinggi badan dimula sejak lahir dan berhenti pada usia 18 tahun (Desmita, 2015). Beberapa komponen yang termasuk dalam perkembangan yaitu:

a. Perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif adalah salah satu aspek perkembangan manusia yang berkaitan dengan pengetahuan, yaitu semua proses psikologis yang berkaitan dengan cara suatu individu dalam mempelajari dan memikirkan lingkungannya. Perkembangan kognitif juga digunakan dalam psikologi untuk menjelaskan semua aktivitas mental yang berhubungan dengan suatu persepsi, pemikiran, ingatan, dan pengolahan suatu informasi yang memungkinkan seseorang mendapatkan pengetahuan, memecahkan masalah, dan merencanakan masa depan, atau semua proses psikologis yang berkaitan dengan suatu individu. Selain itu, berkaitan dengan individu yang sedang mempelajari, mengamati, memperhatikan, memperkirakan, membayangkan, menilai dan memikirkan lingkungannya (Desmita, 2015).

Mengacu pada tahap perkembangan kognitif dari Piaget, maka anak pada masa kanak-kanak akhir berada pada tahap operasional konkret yang berlangsung kira-kira usia 7-11 tahun (tahap operasional konkret). Pada tahap ini, pemikiran logis menggantikan pemikiran intuitif. Anak sudah mampu dalam berpikir rasional dan melakukan aktivitas logis tertentu, meskipun terkadang masih terbatas pada objek konkret dan



dalam situasi konkret. Anak telah mampu untuk memperlihatkan keterampilan konversi, klasifikasi, penjumlahan, pengurangan, dan beberapa kemampuan lain yang sangat dibutuhkan anak dalam mempelajari pengetahuan dasar sekolah. Cara berpikirnya sudah kurang egosentris yang ditandai dengan desentrasi yang besar, yaitu sudah mampu untuk memperhatikan lebih dari satu dimensi dan juga menghubungkan satu dengan yang lainnya (Soetjningsih, 2012). Pada tahap operasional konkret, anak-anak dapat memahami:

- 1) Konservasi, yaitu kemampuan anak untuk memahami bahwa suatu zat/ objek/ benda tetap memiliki substansi yang sama walaupun mengalami perubahan dalam penampilan. Ada beberapa macam konservasi seperti konservasi jumlah, panjang, berat, dan volume.
- 2) Klasifikasi, yaitu kemampuan anak untuk mengelompokkan benda dan memahami hubungan antar benda tersebut.
- 3) Seriaton, yaitu kemampuan anak mengurutkan sesuai dimensi kuantitatifnya. Misalnya sesuai panjang, berat, ataupun besarnya.
- 4) *Transitivity*, yaitu kemampuan anak dalam memikirkan relasi gabungan secara logis. Jika ada relasi antara objek pertama dan kedua, dan ada relasi antara objek kedua dan ketiga, maka ada relasi antara objek pertama dan ketiga.

b. Perkembangan moral

Menurut Kohlberg, perkembangan moral terjadi dalam 3 tingkatan dan terdiri atas 6 stadium, dan masing-masing stadium akan dilalui oleh



setiap anak walaupun tidak pada usia yang sama namun perkembangan selalu melalui urutan ini (Soetjiningsih, 2012) yaitu:

### **1) Tingkatan 1: penalaran moral yang pra conventional**

Merupakan tingkatan paling rendah dari penalaran moral. Pada tingkatan ini baik dan buruk diinterpretasikan melalui reward (imbalan) dan punishment (hukuman)

Stadium 1: Moralitas heteronom

Penalaran moral yang berhubungan dengan hukuman (punishment), anak berpikir bahwa mereka harus patuh, yang disebabkan karena takut hukuman (perilaku dinilai benar apabila tidak mendapatkan hukuman, begitupun sebaliknya).

Stadium 2: Individualisme, tujuan instrumental, dan pertukaran

Pada tahap ini penalaran suatu individu yang memikirkan akan kepentingannya sendiri, atau kepentingan diri sendiri adalah hal yang dianggapnya benar, dan hal ini juga berlaku untuk orang lain. Karena itu, menurut anak apa yang benar adalah sesuatu yang melibatkan pertukaran yang setara. Mereka berpikir jika mereka akan baik terhadap dirinya sendiri.

### **2) Tingkatan II: penalaran moral yang conventional**

Individu memberlakukan standart tertentu, tetapi standar ini ditetapkan oleh orang lain, misalnya orang tua sekolah.

Stadium 3: Ekspektasi interpersonal mutual, hubungan dengan orang lain, dan konformitas interpersonal



Pada tahap ini, anak menghargai kepercayaan, perhatian, dan kesetiaan terhadap orang lain sebagai dasar dari penilaian moral. Anak mengadopsi standar moral orang tua agar dianggap oleh orang tua sebagai anak yang baik. Dengan kata lain, mereka merupakan tahap orientasi anak atau person yang baik.

#### Stadium 4: Moralitas sistem sosial

Penilaian moral didasari oleh pemahaman tentang peraturan di masyarakat, hukum, keadilan, dan kewajiban. Misalnya, anak berpikir supaya komunitas dapat bekerja dengan efektif perlu dilindungi oleh hukum yang diberlakukan terhadap anggotanya. Dengan kata lain, merupakan tahap orientasi pelestarian otoritas dan peraturan sosial yang harus dijaga.

### 3) Tingkatan III: penalaran moral yang post-conventional

Individu menyadari adanya jalur moral alternative, mengeksplorasi pilihan ini, lalu memutuskan berdasarkan kode moral personal.

#### Stadium 5: Kontrak atau utilitas sosial dan hak individu

Pada tahapan ini individu berpikir bahwa nilai, hak, dan prinsip lebih utama atau lebih luas daripada hukum. Individu mengevaluasi validitas hukum yang ada, dan melindungi hak asasi dan nilai dasar manusia. Dengan kata lain, merupakan orientasi control legalitas untuk kehidupan bersama yang teratur.



(*summarizing*), menyimpulkan (*inferring*), membandingkan (*comparing*), dan menjelaskan (*explaining*).

c. Mengaplikasikan (*Applying*)

Menerapkan yaitu menggunakan atau menerapkan suatu prosedur dalam keadaan tertentu. Menerapkan menunjuk pada proses kognitif yang memanfaatkan atau mempergunakan suatu prosedur untuk melaksanakan percobaan atau menyelesaikan permasalahan. Mengaplikasikan meliputi kegiatan mengeksekusi (*executing*) dan mengimplementasikan (*implementing*).

d. Menganalisis (*Analyzing*)

Menganalisis berarti memecah materi menjadi bagian-bagian penyusunnya dan menentukan hubungan hubungan antara bagian itu serta menentukan hubungan antara bagian-bagian tersebut dengan keseluruhan struktur atau tujuan. Kemampuan menganalisis merupakan jenis kemampuan yang banyak dituntut dari kegiatan pembelajaran di sekolah-sekolah. Berbagai mata pelajaran menuntut siswa memiliki kemampuan menganalisis dengan baik. Menganalisis meliputi kegiatan membedakan (*differentiating*), mengorganisasi (*organizing*), mengatribusikan (*attributing*).

e. Mengevaluasi (*Evaluating*)

Mengevaluasi yaitu mengambil keputusan berdasarkan kriteria atau standar. Evaluasi berkaitan dengan proses kognitif yang memberikan penilaian berdasarkan kriteria dan standar yang sudah ada.



Mengevaluasi meliputi kegiatan memeriksa (*checking*) dan mengkritik (*critiquing*).

f. Mencipta (*Creating*)

Mencipta yaitu memadukan bagian-bagian untuk membentuk sesuatu yang baru dan koheren atau untuk membuat suatu produk yang orisinal. Perbedaan menciptakan dengan kategori berpikir kognitif lainnya adalah pada kategori yang lain seperti mengerti, menerapkan, dan menganalisis siswa bekerja dengan informasi yang sudah dikenal sebelumnya, sedangkan pada menciptakan siswa bekerja dan menghasilkan sesuatu yang baru. Kegiatan mencipta meliputi kegiatan Merumuskan (*generating*), merencanakan (*planning*), dan memproduksi (*producing*).

### 2.3.3 Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menayakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2012).

Menurut Nurhasim (2013), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang yang ingin diketahui atau diukur dapat disesuaikan dengan tingkat pengetahuan responden yang meliputi tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Adapun pertanyaan yang dapat dipergunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu pertanyaan subjektif, misalnya jenis pertanyaan essay, dan pertanyaan objektif misalnya pertanyaan pilihan ganda (*multiple choice*), betul-salah dan pertanyaan



menjodohkan. Cara mengukur pengetahuan dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan, kemudian dilakukan penilaian 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Penilaian dilakukan dengan cara membandingkan jumlah skor yang diharapkan (tertinggi) kemudian dikalikan 100% dan hasilnya prosentase kemudian digolongkan menjadi 3 kategori yaitu kategori baik (76 -100%), sedang atau cukup (56 – 75%) dan kurang (<55%) (Arikunto, 2013).

#### 2.3.4 Proses Perilaku Tahu

Menurut Rogers yang dikutip oleh Notoatmodjo mengungkapkan proses adopsi perilaku tahu yakni sebelum seseorang mengadopsi perilaku baru di dalam diri orang tersebut terjadi beberapa proses, diantaranya:

- a. *Awareness* ataupun kesadaran yakni pada tahap ini individu sudah menyadari adanya stimulus ataupun rangsangan yang datang pada dirinya.
- b. *Interest* atau merasa tertarik yakni individu mulai tertarik pada stimulus yang datang tersebut.
- c. *Evaluation* atau menimbang-nimbang dimana individu akan mempertimbangkan baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Inilah yang menjadikan sikap individu menjadi lebih baik lagi.
- d. *Trial* atau percobaan, dimana individu mulai melakukan percobaan perilaku baru.
- e. *Adaption* atau pengangkatan yaitu individu telah memiliki perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, sikap, dan kesadarannya terhadap stimulus (Donsu and Jenita, 2017).



### 2.3.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Fitriani dalam Yuliana (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

a. Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui akan menumbuhkan sikap positif terhadap objek tersebut. pendidikan tinggi seseorang didapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

b. Media massa/ sumber informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (*immediate impact*), sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat



kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

c. Sosial budaya dan Ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

e. Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

f. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak.



## 2.4 Promosi Kesehatan

### 2.4.1 Pengertian Promosi Kesehatan

Promosi kesehatan dalam arti pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pendidik atau promotor kesehatan. Batasan tersebut terdapat unsur:

- a. *Input* adalah sasaran pendidikan (individu, kelompok, masyarakat, dan pelaku pendidikan).
- b. Proses (upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain).
- c. *Output* (melakukan apa yang diharapkan, atau melakukan perilaku yang diharapkan).

Hasil (*output*) yang diharapkan dari suatu promosi kesehatan adalah perilaku kesehatan, atau perilaku untuk meningkatkan kesehatan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2012).

### 2.4.2 Metode Promosi Kesehatan

Menurut Notoatmodjo (2012), suatu proses promosi kesehatan yang menuju tercapainya tujuan pendidikan, yakni perubahan perilaku, dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor metode, faktor materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu/alat peraga pendidikan yang dipakai. Agar mencapai suatu hasil yang optimal, maka faktor-faktor tersebut harus bekerja sama secara harmonis. Beberapa metode edukasi promosi kesehatan yaitu:



a. Metode Individual

Metode yang bersifat individual digunakan untuk membina perilaku baru, atau membina seseorang yang mulai tertarik kepada suatu perubahan perilaku atau inovasi. Bentuk pendekatannya contohnya: wawancara, bimbingan dan penyuluhan (*Guidance and Counseling*).

b. Metode kelompok

Untuk kelompok besar, metode akan berbeda dengan kelompok kecil. Untuk kelompok besar atau lebih dari 15 orang, metode yang baik digunakan adalah ceramah dan seminar. Sedangkan untuk kelompok kecil atau kurang dari 15 orang maka metode yang cocok diantaranya grup diskusi, curah pendapat (*Brain storming*), bola salju (*Snow balling*), mini kelompok (*Small group*), Bermain Peragaan, dan permainan simulasi (*Simulation game*).

c. Metode massa

Metode pendekatan massa sangat tepat digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan yang ditujukan kepada khalayak banyak. Sasaran ini sifatnya umum, artinya tidak terdapat perbedaan dalam usia, gender dan jenis golongan tertentu. Contoh metode pendekatan massa yaitu ceramah umum, berbincang-bincang (*talk show*), simulasi, tulisan di koran atau majalah, dan billboard (spanduk, poster, dan sebagainya).

### 2.4.3 Media

Arsyad and Azhar (2017), menjelaskan bahwa kata media berasal dari bahasa latin *medius* yang berarti ‘tengah’, ‘perantara’ atau ‘pengantar’.



Sedangkan dalam bahasa Arab, media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima, bisa berupa manusia atau materi. Secara khusus media dalam proses belajar mengajar lebih cenderung diartikan sebagai alat grafis, fotografis, atau elektronik.

Media atau alat peraga dapat diartikan sebagai alat untuk membantu dalam memberikan edukasi yang bisa dilihat, didengarkan, diraba, dan dirasa guna untuk melancarkan komunikasi dan mempermudah menyebarkan informasi (Kholid, 2012).

Ali (2010), media atau alat peraga adalah alat yang digunakan oleh pendidik atau pemberi edukasi dalam menyampaikan materi. alat peraga tersebut berfungsi untuk membantu dan meragakan sesuatu dalam proses pemberian edukasi. Kelebihan penggunaan media antara lain:

- a) Menimbulkan minat sasaran pendidikan.
- b) Mencapai sasaran yang lebih banyak.
- c) Membantu mengatasi hambatan bahasa.
- d) Merangsang sasaran pendidikan untuk melakukan pesan-pesan kesehatan.
- e) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat.
- f) Merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan yang di terima ke orang lain.
- g) Mendorong keinginan untuk lebih mendalami, kemudian lebih mendalami yang akhirnya menjadi pendorong untuk melakukan pesan tersebut.



## 2.5 Konsep HELI GAME

### 2.5.1 Pengertian *HELI GAME*

*HELI Game* adalah sebuah media pembelajaran yang memiliki kepanjangan kata *Health Life* yang artinya Hidup Sehat. Nama ini sesuai dengan tujuan permainannya yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan membiasakan anak berperilaku hidup bersih dan sehat. Kesehatan yang akan dikenalkan didalam permainan ini adalah mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

*HELI Game* merupakan sebuah permainan yang berbahan dasar kertas, yang mana diciptakan dari kombinasi permainan yang telah ada kemudian dilakukan modifikasi, dan dilengkapi dengan sinar Ultraviolet. Permainan ini berasal dari 3 jenis permainan, yaitu ular tangga, zuma, dan yang terakhir monopoli kemudian dikombinasikan dalam 1 permainan menjadi *HELI Game*. Kombinasi permainan ini diperoleh dari yang pertama adalah ular tangga untuk jalan permainannya, Zuma dibagian gambar atau modelnya, dan terakhir monopoli yang sama pada bagian kartunya. Hanya saja, pada kartu di monopoli adalah kartu dana umum dan kesempatan, sedangkan di *HELI Game* ini kartunya berupa kartu sedih, bahagia, dan kartu kesempatan. Jika mendapat kartu sedih akan melangkah mundur apabila pertanyaan dijawab dengan salah, dan jika mendapat kartu bahagia akan loncat beberapa langkah kedepan apabila pertanyaan dijawab dengan benar sesuai aturan permainan yang diterapkan. Serta ditambahkan satu kartu lagi berupa kartu kesempatan, yang mana kartu kesempatan ini digunakan sebagai kesempatan untuk menghalau pergerakan lawan.



### 2.5.2 Manfaat *HELI GAME*

Manfaat dari adanya *HELI Game* ini tentunya adalah sebagai media anak untuk bermain sambil belajar. Pembelajaran yang diterapkan berupa pengenalan anak tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, yang mana diharapkan anak bisa menambah pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan menerapkannya secara langsung dalam kehidupan sehari-hari, serta sebagai upaya pembentukan karakter anak.

Manfaat *HELI Game* sebagai media pembelajaran dalam beberapa aspek:

- a. Aspek kognitif: kemampuan literasi, pengetahuan meningkat.
- b. Aspek motorik: pemain mampu mengkoordinasi anggota tubuh dengan aktif saat bermain.
- c. Logika: kemampuan berpikir secara cepat.
- d. Visual: kemampuan mata menangkap bentuk dan warna objek.

### 2.5.3 Aturan Permainan *HELI GAME*

*HELI Game* merupakan sebuah permainan yang berbahan dasar kertas, yang mana pola permainannya berbentuk oval seperti permainan zuma, dan untuk sistem permainannya disini ada perpaduan antara ular tangga dengan monopoli. *HELI Game* didesain sedemikian rupa dan dilengkapi dengan 3 jenis kartu yang didalamnya terdapat pertanyaan seputar PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat).

Untuk bermain permainan ini, sebelumnya tentukan siapa yang terlebih dahulu akan bermain, maksimal 4 pemain. Jika urutan pemain sudah ditentukan, lanjut ke permainan. Permainan diawali dari melempar dadu, kemudian maju beberapa langkah sesuai angka dadu yang keluar. Maka



nanti akan menempati kotak yang tersedia, ada beberapa kotak yang tersedia yaitu kotak mendapatkan kartu bahagia, kotak mendapatkan kartu sedih, kotak mendapatkan kartu kesempatan, dan adapun kotak bebas. Selanjutnya, ambil kartu sesuai kotak yang didapati, kecuali jika menempati kotak bebas, maka pemain tidak mendapatkan kartu atau dikatakan bebas dari pertanyaan. Untuk kartu, yang pertama adalah kartu bahagia, dimana ketika pemain mendapatkan kartu ini dan bisa menjawab dengan benar, maka pemain berhak loncat 1 langkah maju dari tempatnya. Namun, apabila pemain menjawab pertanyaan dengan jawaban salah, maka pemain tetap diam ditempat tidak boleh melangkah maju. Kedua adalah kartu sedih, dimana ketika pemain mendapatkan kartu ini dan bisa menjawab dengan benar, maka pemain akan terselamatkan untuk diam ditempat. Namun, apabila pemain menjawab pertanyaan dengan jawaban salah, maka pemain harus mundur 1 langkah dari tempatnya. Ketiga adalah kartu kesempatan, dimana ketika pemain mendapatkan kartu ini dan bisa menjawab dengan benar, maka pemain mendapatkan kesempatan untuk menghalau langkah pergerakan semua lawan (semua lawan mundur 1 langkah dari tempat). Namun, apabila pemain menjawab pertanyaan dengan jawaban salah, maka tidak akan menimbulkan apa apa pada permainan. Untuk melihat jawaban benar atau salah, jawabannya dapat dilihat pada kunci jawaban yang berada dikotak pojok kanan bawah menggunakan sinar Ultraviolet yang sudah disediakan dalam permainan. Dan untuk pemenangnya adalah pemain yang duluan sampai ke finish.



#### 2.5.4 Kelebihan dan Kekurangan *HELI GAME*

##### a. Kelebihan

Kelebihan dari *HELI Game* ini yaitu media baru yang berisi edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang dapat digunakan anak untuk bermain sambil belajar. Apalagi di era pandemi Covid-19 seperti sekarang ini, penting untuk menjaga PHBS. Dan bermain merupakan dunia anak, sehingga anak akan lebih menyukainya, serta pembelajaran akan lebih mudah tersampaikan. Pembelajaran yang diterapkan berupa pengenalan anak tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, yang mana diharapkan anak bisa menerapkannya secara langsung dalam kehidupan sehari-hari, serta sebagai upaya pembentukan karakter anak.

*HELI Game* ini bisa dikembangkan dalam banyak materi pembelajaran, sesuai materi yang sudah diterima anak. Hanya tinggal mengubah pertanyaan dan jawaban pada kartu permainan.

##### b. Kekurangan

Kekurangan dalam *HELI Game* ini yaitu:

- 1) Penggunaan media *HELI Game* memerlukan banyak waktu untuk menjelaskan cara bermain kepada anak.
- 2) Kurangnya pemahaman aturan permainan oleh anak dapat menimbulkan keributan.
- 3) Sehingga, membutuhkan orangtua atau guru untuk mendampingi dalam melakukan permainan ketika anak belum benar-benar memahami tentang aturan bermain pada *HELI Game*.



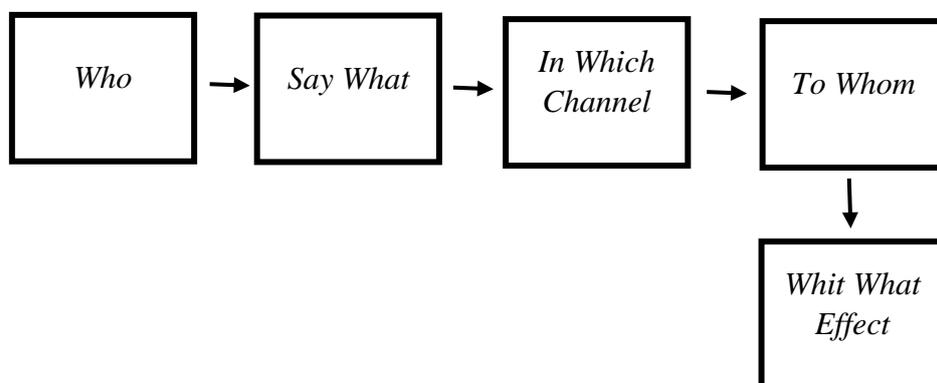
## 2.6 Kerangka Teori

### 2.6.1 Kerangka Teori Laswell

Komunikasi adalah suatu penyampaian pernyataan oleh seseorang kepada orang lain. Komunikasi memiliki peran penting dalam segala aspek kehidupan termasuk dunia pendidikan (Kurniawan, 2018) dan dapat digunakan dalam melakukan promosi kesehatan. Menurut Teori Laswell sebuah komunikasi dapat berjalan baik, apabila melewati beberapa tahapan sebagai berikut:

- a. *Who*: Orang yang memberikan pesan (komunikator)
- b. *Say what*: Pesan yang disampaikan
- c. *In which channel*: Media yang digunakan
- d. *To whom*: Orang yang menerima pesan (komunikan)
- e. *Whit what effect*: Perubahan yang terjadi setelah komunikasi

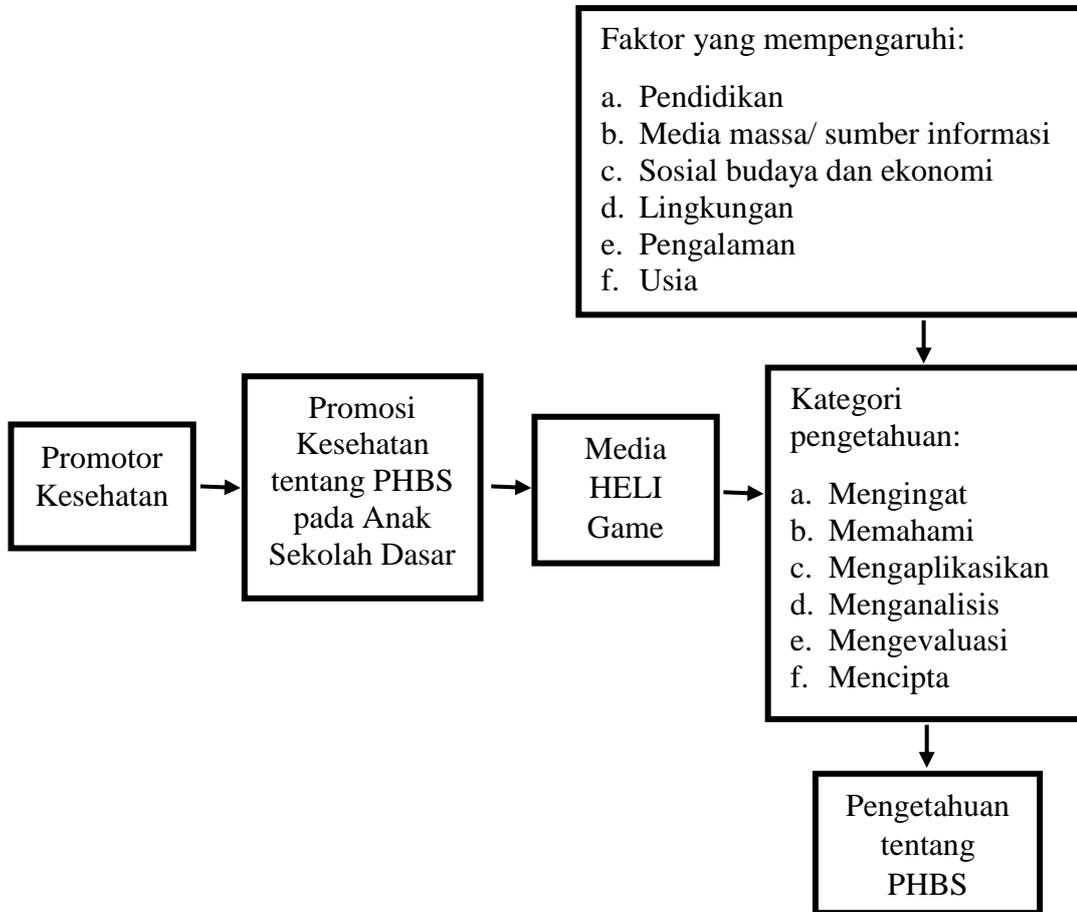
Unsur-unsur diatas merupakan elemen dalam komunikasi yang harus ada saat melakukan komunikasi dengan siapapun orangnya termasuk dalam promosi kesehatan. Komunikasi dapat berjalan dengan baik dan teratur sehingga hasilnya sesuai sasaran dan harapan.



Gambar 2.1 Kerangka Teori Laswell Model  
Sumber: Teori *Laswell* Model (Kurniawan, 2018).



## 2.6.2 Kerangka Teori Penelitian



Gambar 2.2 Kerangka Teori

Sumber: Modifikasi Teori *Laswell* Model (Kurniawan, 2018).



### Stadium 6: Prinsip etis universal

Individu mengembangkan standar moral berdasarkan hak asasi manusia universal. Ketika dihadapkan dengan pertentangan antara hukum dan hati nurani, individu menalar bahwa harus diikuti adalah hati nurani, meskipun keputusan ini dapat memberikan resiko. Dengan kata lain merupakan orientasi atas dasar prinsip dan konsiensia sendiri (ukuran penilaian adalah konsiensia sendiri) (Soetjningsih, 2012).

Pada masa kanak-kanak akhir usia 6-12 tahun, penalaran moral anak ada pada tingkatan II, yaitu pada moral yang conventional. Pada tingkatan ini individu memberlakukan standar tertentu, tetapi standar tersebut ditetapkan orang lain, misalnya orang tua atau pemerintah (Soetjningsih, 2012). Perkembangan moral pada masa kanak-kanak akhir, sebagai berikut:

- a. Anak berbuat kebaikan bukan untuk mendapatkan kepuasan fisik, akan tetapi untuk mendapat kepuasan psikologis yang diperolehnya melalui persetujuan sosial.
- b. Lingkungan merupakan ruang lingkup yang lebih luas, kaidah moral sebagian besar lebih ditentukan oleh norma-norma yang terdapat dalam kelompoknya.
- c. Usia sekitar 10-12 tahun telah mengenal konsep moralitas, seperti kehormatan, kejujuran, dan keadilan.
- d. Perbuatan baik buruk dilihat dari apa yang memotivasinya untuk melakukan hal tersebut.



### 2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak

Proses perkembangan pada anak dapat terjadi secara cepat maupun lambat, tergantung pada individu ataupun lingkungannya. Proses tersebut dapat dipengaruhi dari beberapa faktor perkembangan anak, yaitu:

a. Faktor herediter

Faktor herediter dapat diartikan sebagai pewarisan karakteristik atau pemindahan karakteristik biologis individu dari pihak kedua orang tua kepada anak atau karakteristik biologis individu yang dibawanya sejak lahir yang tidak diturunkan dari pihak kedua orang tua. Kita juga dapat menyebutnya bahwa sifat-sifat atau ciri-ciri pada seorang anak adalah keturunan (Lestari and Ayu, 2018).

b. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan merupakan faktor yang memegang peranan penting dalam memberikan pengaruh terhadap perkembangan anak. Faktor lingkungan secara garis besar dibagi menjadi 2, yaitu faktor prenatal dan post-natal. Lingkungan post-natal secara umum dapat di golongkan menjadi lingkungan biologis (ras/ suku bangsa, umur, jenis kelamin, gizi, perawatan kesehatan, kepekaan terhadap penyakit, penyakit kronis, fungsi metabolisme, hormon), lingkungan fisik (cuaca, musim, keadaan geografis suatu daerah, sanitasi, keadaan rumah, radiasi), lingkungan psikososial (stimulasi, motivasi belajar, ganjaran atau hukuman, kelompok sebaya, stress, sekolah), dan lingkungan keluarga (Candrasari, *et al*, 2017).



#### 2.1.4 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Perilaku Anak

Selain adanya faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan pada anak, terdapat juga faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku anak diantaranya, yakni:

a. Sekolah

Sekolah merupakan salah satu lembaga yang berperan dalam mempengaruhi pembentukan karakter atau perilaku siswa. Baik buruknya suasana sekolah sangat tergantung pada kepemimpinan kepala sekolah, komitmen guru, sarana pendidikan, dan kedisiplinan dalam sekolah. Selain dari terciptanya kedisiplinan, yakni juga dari kebiasaan belajar, dan pengendalian diri dari siswa (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010).

b. Keluarga

Keluarga adalah sebagai lingkungan pertama dan yang paling utama bagi perkembangan anak. Anak usia 4-5 tahun dianggap sebagai awal proses identifikasi diri menurut jenis kelamin, sehingga peran ibu dan ayah ataupun orang tua pengganti (seperti kakek, nenek, dan lainnya) sangat besar. Apabila proses identifikasi ini kurang berjalan dengan lancar, maka dapat menimbulkan proses identifikasi yang tidak sesuai atau salah (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010).

c. Media massa

Abad sekarang ini adalah abad informasi, yang ditandai dengan kemajuan pesat di bidang teknologi informasi. Selain membawa kegembiraan yang menyenangkan, serta wawasan yang luas. Kemajuan



media elektronik yang saat ini terjadi membuat anak atau generasi penerus bangsa dipenuhi dengan tayangan ataupun berita yang kurang mendidik. Dikhawatirkan akan memunculkan nilai kehidupan yang tidak sesuai dengan kehidupan yang ada. Selain itu juga nilai yang diserap akan berpengaruh terhadap perilaku dan gaya hidup sehari-hari atau gaya hidup di kemudian hari nanti (Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010).

## 2.2 Konsep Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

### 2.2.1 Pengertian Perilaku

Perilaku adalah segenap manifestasi hayati individu dalam berinteraksi dengan lingkungan, mulai dari perilaku yang paling nampak sampai yang tidak tampak, dari yang dirasakan sampai paling yang tidak dirasakan (Okviana, 2015). Sedangkan menurut Wawan and Dewi (2011), perilaku merupakan suatu tindakan yang dapat diamati dan memiliki frekuensi yang baik atau spesifik, durasi serta tujuan yang baik disadari maupun tidak. Perilaku adalah suatu kumpulan berbagai faktor yang saling melakukan interaksi.

Notoatmodjo (2012) merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. Pengertian ini dikenal dengan teori “S-O-R”, atau biasa disebut “Stimulus-Organisme-Respon”. Respon dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

#### a. Respon *respondent* atau reflektif

Adalah respon yang dihasilkan oleh rangsangan-rangsangan tertentu. Biasanya respon yang dihasilkan bersifat relatif tetap atau biasa



disebut juga dengan *eliciting stimuli*. Perilaku emosional yang menetap misalnya orang akan tertawa apabila mendengarkan kabar gembira, bahagia, atau lucu. Sedih jika mendengar kehilangan, gagal, dan musibah. Serta minum air jika merasakan haus.

b. *Operant Respon*

Respon *operant* atau instrumental respon yang timbul dan berkembang diikuti oleh stimulus atau rangsangan lain berupa penguatan. Perangsang perilakunya biasa disebut *reinforcing stimuli* yang berfungsi memperkuat respon. Misalnya, petugas kesehatan melakukan tugasnya dengan baik disebabkan karena gaji yang diterimanya dianggap cukup, kerjanya yang baik tersebut menjadikan stimulus untuk mendapatkan promosi jabatan.

### 2.2.2 Domain Perilaku

Menurut Triwibowo and Cecep (2015) perilaku manusia sangat kompleks dan memiliki ruang lingkup yang begitu luas. Perilaku terbagi dalam 3 domain yaitu:

a. Pengetahuan (*knowledge*)

Pengetahuan merupakan hasil tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan dilakukan dengan menggunakan panca indera manusia, yakni: indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan yang ada di dalam lingkup domain kognitif mempunyai 6 tingkatan, yakni:



- 1) Tahu (*know*), artinya mengingat suatu materi yang sudah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu “tahu” merupakan tingkat pengetahuan yang paling dasar atau rendah.
- 2) Memahami (*comprehension*), diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara baik dan benar.
- 3) Aplikasi (*application*), diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.
- 4) Analisis (*analysis*), diartikan sebagai suatu kemampuan untuk memberikan penjabaran atau menjabarkan suatu materi kedalam komponen-komponen, tetapi masih didalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada hubungannya antara satu sama lain.
- 5) Sintesis (*syhthesis*), sintesis merujuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian ke dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
- 6) Evaluasi (*evaluation*), evaluasi ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.



b. Sikap (*Attitude*)

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Dalam kehidupan sehari-hari, sikap merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan seseorang untuk bertindak, dan bukan merupakan suatu pelaksanaan dengan motif tertentu. Sikap mempunyai 3 komponen pokok, yaitu:

- 1) Kepercayaan (*keyakinan*), ide dan konsep terhadap suatu objek
- 2) Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek
- 3) Kecenderungan untuk bertindak (*trend to behave*)

Sikap terdiri dari beberapa tingkatan, yaitu:

- 1) Menerima (*receiving*), diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek). Misalnya sikap orang terhadap gizi, dapat dilihat dari segi kesediaan dan perhatian seseorang terhadap ceramah-ceramah.
- 2) Merespon (*responding*), diartikan sebagai memberikan jawaban apabila ada pertanyaan, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang telah diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Suatu usaha untuk menjawab dari adanya pertanyaan atau mengerjakan tugas yang telah diberikan berarti orang dapat menerima ide tersebut.
- 3) Menghargai (*valuing*), diartikan sebagai mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkatan yang ketiga.



- 4) Bertanggung jawab (*responsible*), diartikan sebagai bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi.

c. Praktek atau tindakan (*practice*)

Tindakan terdiri dari beberapa tingkatan, yaitu:

- 1) Persepsi (*perception*), mengenal dan memilih berbagai objek yang berhubungan dengan tindakan yang akan diambil merupakan tindakan tingkat pertama.
- 2) Respon terpimpin (*guided respons*), dapat melakukan sesuatu sesuai dengan runtutan yang baik dan benar, sesuai dengan contoh merupakan indikator tindakan tingkat kedua.
- 3) Mekanisme (*mechanism*), apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan baik dan benar secara otomatis, atau sesuatu tersebut sudah merupakan kebiasaan maka ia sudah mencapai tindakan tingkat ketiga.
- 4) Adaptasi (*adaptational*), adaptasi adalah suatu tindakan atau praktek yang sudah berkembang dengan baik.

### 2.2.3 Dasar-dasar Perubahan Perilaku

Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yang terjadi dapat dilakukan melalui panca indera pada manusia. Sebagian besar manusia memperoleh pengetahuan berasal dari panca indera mata dan telinga. Selain itu pengetahuan juga dapat di peroleh dari pendidikan, pengalaman diri sendiri, maupun pengalaman yang diperoleh dari orang



lain, dan media massa ataupun lingkungan. Tindakan seseorang dapat terbentuk dengan adanya domain terpenting yaitu kognitif atau pengetahuan. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng atau berlangsung lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Kholid, 2012). Pengetahuan sangat diperlukan untuk mendorong psikis dalam menumbuhkan sikap dan perilaku seseorang setiap hari. Sehingga bisa dikatakan bahwa pengetahuan memiliki peran penting untuk stimulasi terhadap tindakan seseorang.

Sikap hanya dapat ditafsirkan dari perilaku yang nampak. Sikap merupakan kesiapan untuk melakukan reaksi terhadap suatu objek dengan menggunakan cara tertentu. Bentuk reaksi tersebut yaitu dengan positif dan negative sikap meliputi rasa suka dan tidak suka, mendekati dan menghindari situasi, benda, orang, kelompok, dan kebijaksanaan sosial. Kholid (2012), menyatakan bahwa sekalipun diamsusikan bahwa sikap merupakan predisposisi evaluasi yang banyak menentukan cara individu untuk melakukan tindakan, akan tetapi sikap dan tindakan sering kali memiliki persepsi yang jauh berbeda. Hal ini dikarenakan tindakan yang nyata ditentukan tidak hanya oleh adanya sikap. Akan tetapi oleh berbagai macam factor-faktor eksternal lainnya (Kholid, 2012).

Sikap tidak sama dengan perilaku, dan perilaku juga tidak selalu mencerminkan sikap seseorang. Hal itu sering terjadi karena disebabkan oleh seseorang yang memperlihatkan tindakan bertentangan dengan sikap aslinya. Perubahan sikap seseorang dapat diperoleh dari tambahan



informasi tentang objek tersebut, dan melalui persuasi serta tekanan dari kelompok sosialnya (Kholid, 2012).

Perilaku tersebut di bagi menjadi tiga domain yakni kognitif, afektif, dan psikomotor. Kognitif dapat diukur dari pengetahuan, sedangkan afektif diukur dari sikap psikomotor dan tindakan (keterampilan). Proses belajar dapat dilalui oleh seseorang untuk melakukan adanya perubahan perilaku. Belajar bisa diartikan sebagai suatu proses perubahan perilaku yang didasari oleh perilaku terdahulu. Terdapat 3 unsur pokok dalam proses belajar yang saling berhubungan yakni, masukan (*input*), proses, dan keluaran (*output*) (Kholid, 2012). Perubahan perilaku dapat dipahami oleh individu atau masyarakat dengan adanya faktor-faktor yang memiliki pengaruh saat berlangsungnya dan berubahnya perilaku tersebut.

#### 2.2.4 Macam-macam Perilaku

Cara seseorang untuk melakukan pengelolaan terhadap lingkungannya sehingga tidak mengganggu kesehatannya diri sendiri, keluarga, maupun masyarakatnya. Misalnya cara mengelola air minum, pembuangan tinja, pembuangan sampah, pembuangan limbah dan lain sebagainya. Seorang ahli lain (Becker, 1979) membuat klasifikasi lain tentang perilaku kesehatan ini (Notoatmodjo, 2012).

##### a. Perilaku hidup sehat (Health Life Style)

Merupakan berbagai perilaku yang saling berkaitan dengan kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya, seperti gaya atau pola hidup sehat (*Health Life Style*) (Notoatmodjo, 2012).



Perilaku tersebut mencakup beberapa komponen antara lain:

- 1) Makan dengan menu seimbang (*appropriate diet*). Menu seimbang di sini memiliki arti kualitas (mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh), dan kuantitas memiliki arti bahwa jumlahnya yang cukup dapat memenuhi kebutuhan tubuh (tidak kurang, dan juga tidak boleh lebih). Jika dilihat dari sisi kualitas di Indonesia dikenal dengan ungkapan empat sehat lima sempurna (Notoatmodjo, 2012).
- 2) Olahraga yang teratur, adalah salah satu yang mencakup kualitas (gerakan) dan kuantitas dengan frekuensi dan waktu yang dilakukan untuk olahraga atau aktivitas fisik selain olahraga. Kedua aspek ini akan saling berkaitan dari usia, dan status yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2012).
- 3) Tidak merokok. Merokok dapat menimbulkan kebiasaan buruk serta mengakibatkan berbagai macam penyakit. Dampak dari kebiasaan merokok ini di Indonesia sudah menjadi kebudayaan. Sebanyak 50% penduduk Indonesia dengan usia dewasa memiliki kebiasaan merokok. Hasil dari penelitian, bahwa sekitar 15% remaja sudah merokok (Notoatmodjo, 2012).
- 4) Tidak memakai narkoba dan menjauhi minum-minuman keras. Kebiasaan dalam mengonsumsi minum-minuman miras dan narkoba (narkotik dan bahan-bahan berbahaya lainnya) lebih sering meningkat. Di perkirakan sebesar 1% penduduk dewasa di



Indonesia sudah memiliki kebiasaan minum miras ini (Notoatmodjo, 2012).

- 5) Istirahat yang cukup. Masyarakat dengan lingkungan modern memiliki peningkatan kebutuhan hidup akibat dari tuntutan untuk penyesuaian yang mengharuskan setiap orang bekerja keras dan berlebihan. Akibatnya waktu istirahat menjad berkurang dan berdampak pada kesehatannya (Notoatmodjo, 2012).
- 6) Mengendalikan stres. Terjadinya stress dapat dialami oleh siapapun dan dapat mengakibatkan berbagai macam dampak yang merugikan bagi kesehatan (Notoatmodjo, 2012).
- 7) Perilaku atau gaya hidup yang positif bagi kesehatan, seperti tidak berganti-ganti pasangan dalam berhubungan seks, penyesuaian diri kita dengan lingkungan dan sebagainya (Notoatmodjo, 2012).

b. Perilaku sakit (*Illness behavior*)

Perilaku sakit ini dapat mencakup tentang respons seseorang terhadap sakit dan penyakit, pola pikir atau persepsi terhadap sakit, pengetahuan tentang: penyebab dan gejala penyakit, pengobatan penyakit, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2012).

c. Perilaku peran sakit (*the sick role behavior*)

Pengertian dari segi sosiologi, orang yang sakit (memiliki peran yang mencakup berbagai hak pada orang sakit (*right*) dan kewajiban sebagai orang sakit (*obligation*) (Notoatmodjo, 2012).



### 2.2.5 Pengertian PHBS

Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Kemenkes RI, 2018).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dipraktikkan oleh setiap individu dengan kesadaran sendiri untuk meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat (Maryunani, 2013).

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah suatu upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perseorangan, keluarga, kelompok dan juga masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan berbagai informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku melalui advokasi, bina suasana, dan pemberdayaan masyarakat. Dengan hal ini, masyarakat dapat dengan mudah mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri (Maryunani, 2013).

### 2.2.6 Tatanan PHBS

Tatanan adalah tempat manusia dalam mengontrol lingkungan, sehingga masalah dibidang kesehatan dapat diatasi. Setiap tatanan tentunya berbeda atau memiliki kekhasan masing-masing, sehingga pelatihan PHBS harus dalam setiap tatanan. PHBS terdiri dari lima tatanan yang telah disepakati pemerintah yaitu tatanan domestik, tatanan insitusi pendidikan, tatanan perkantoran, tatanan tempat umum dan tatanan kesehatan. PHBS tersebut



harus dipraktikkan dimanapun orang tersebut berada sesuai dengan situasi yang dijumpai (Kemenkes RI, 2018).

### 2.2.7 Tujuan dan Manfaat PHBS

Tujuan dari PHBS yaitu untuk memperdalam pengetahuan, tingkat kesadaran, dan keinginan, serta kemampuan masyarakat agar mencapai derajat kesehatan yang optimal pada setiap masyarakat yakni dengan kesadaran untuk menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berpartisipasi dalam berbagai kegiatan Kesehatan (Tabi'in, 2020). Manfaat dari penerapan PHBS di sekolah meliputi:

- a. Terciptanya sekolah yang bersih dan sehat, sehingga peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai macam gangguan dan ancaman penyakit.
- b. Meningkatkan semangat proses belajar mengajar yang memiliki dampak positif pada prestasi belajar peserta didik.
- c. Citra sekolah sebagai institusi pendidikan semakin meningkat sehingga mampu menarik minat orang tua (masyarakat).
- d. Meningkatkan citra pemerintah daerah dalam bidang pendidikan.
- e. Menjadikan sekolah percontohan untuk sekolah di daerah lain.

Dalam penelitian ini sasaran PHBS yakni tatanan institusi pendidikan sekolah. PHBS yang ada di sekolah merupakan suatu kebutuhan yang wajib terpenuhi mengingat adanya berbagai penyakit yang sering muncul menyerang anak dengan usia sekolah.



### 2.2.8 PHBS di Sekolah

PHBS di Sekolah adalah suatu upaya untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan Sekolah Ber-PHBS. Sekolah Ber-PHBS adalah sekolah yang mampu menjaga dengan baik dan mampu meningkatkan kesehatan masyarakat sekolah untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak usia sekolah melalui berbagai macam upaya kesehatan (Kemenkes RI, 2018).

### 2.2.9 Indikator Ukuran Penilaian PHBS di Sekolah

Ada beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS sekolah atau kegiatan siswa dalam menerapkan PHBS di sekolah menurut Kemenkes RI (2018), antara lain:

- a. Mengonsumsi jajanan sehat di warung/ kantin sekolah.

Alasan tidak jajan di sembarang tempat, harus di kantin sekolah:

- 1) Makanan dan minuman yang dijual cukup bergizi, terjamin akan kebersihannya, terbebas dari zat-zat yang tergolong berbahaya dan terlindung dari berbagai serangga dan tikus.
- 2) Makanan yang bergizi akan meningkatkan kesehatan dan kecerdasan siswa, sehingga siswa dapat meningkatkan prestasi di sekolah.
- 3) Tersedianya air bersih yang mengalir, dan sabun untuk mencuci tangan, serta peralatan makan yang layak digunakan.
- 4) Tersedianya tempat sampah yang tertutup dan saluran pembuangan air kotor yang sudah tertata dengan baik.



5) Adanya pengawasan secara baik dan teratur oleh guru, siswa dan komite sekolah.

b. Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun.

Alasan Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun:

1) Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri penyebab penyakit. Apabila digunakan, kuman akan berpindah ke tangan. Pada saat makan, kuman dengan cepat masuk ke dalam tubuh, yang bisa menimbulkan berbagai macam penyakit. Sedangkan sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman, karena tanpa sabun, kotoran dan kuman masih tertinggal di tangan.

2) Saat harus mencuci tangan:

- a) Setiap kali tangan kita kotor (setelah memegang binatang, memegang uang, berkebun, dll).
- b) Setelah BAK maupun BAB.
- c) Sebelum makan dan sesudah memegang makanan.

3) Manfaat mencuci tangan:

- a) Membunuh berbagai kuman penyakit yang ada di tangan.
- b) Mencegah penularan berbagai macam penyakit seperti Diare, Typhus, Kecacingan, Disentri, Kolera, Penyakit Kulit, Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA), Flu Burung atau SARS.
- c) Tangan menjadi bersih dan terbebas dari berbagai kuman penyakit.



4) Cara mencuci tangan yang baik dan benar:

- a) Cuci tangan menggunakan air bersih yang mengalir dan menggunakan sabun.
- b) Membersihkan telapak tangan, punggung tangan dan pergelangan tangan lengan, serta digosok bila perlu.
- c) Bersihkan sela-sela jari dan lipatan buku jari. Setelah itu dikeringkan menggunakan lap bersih.

c. Menggunakan Jamban

Jamban adalah suatu ruangan yang memiliki fasilitas pembuangan kotoran manusia yang terdiri dari tempat jongkok atau tempat duduk dengan leher angsa atau tanpa leher angsa (cemplung) yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya.

d. Olahraga teratur di Sekolah

1) Alasan mengikuti kegiatan olahraga di sekolah:

- a) Untuk memelihara kesehatan fisik dan mental agar tetap sehat dan tidak mudah terbaring lemah atau sakit.
- b) Untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik.

2) Manfaat Olahraga:

- a) Terhindar dari penyakit Jantung, Stroke, Osteoporosis, Kanker, tekanan darah tinggi, Kencing Manis, dan lain sebagainya.
- b) Berat badan dapat terkendali.
- c) Otot lebih lentur dan tulang lebih kuat.
- d) Bentuk tubuh menjadi ideal dan proporsional.
- e) Lebih percaya diri.



- f) Lebih bertenaga dan bugar.
- g) Keadaan kesehatan menjadi lebih baik.

e. Memberantas jentik di Sekolah

Alasan memberantas jentik di sekolah:

Sekolah menjadi bebas dari jentik nyamuk dan warga sekolah serta masyarakat sekolah terhindar dari berbagai macam penyakit yang ditularkan melalui nyamuk seperti demam berdarah, malaria dan kaki gajah.

Memberantas jentik di sekolah adalah kegiatan memeriksa tempat-tempat penampungan air bersih yang ada di sekolah (bak mandi, kolam, dan lain-lain) apakah bebas dari jentik nyamuk atau tidak.

1) Manfaat Sekolah Bebas Jentik

- a) Populasi nyamuk menjadi terkendali sehingga penularan penyakit dengan perantara nyamuk dapat dikurangi atau dicegah.
- b) Kemungkinan terhindar dari berbagai penyakit semakin besar, seperti Demam Berdarah Dengue (DBD), malaria, chikungunya, atau kaki gajah.
- c) Menjadikan lingkungan sekolah bersih dan sehat.

2) Cara pemeriksaan Jentik Berkala

- a) Menggunakan senter untuk melihat posisi atau keberadaan jentik.
- b) Jika ditemukan jentik nyamuk, warga sekolah dan masyarakat sekolah diminta untuk ikut menyaksikan/ melihat jentik,



kemudian langsung dilanjutkan dengan PSN melalui 3 M ataupun 3 M plus.

- c) Mencatat hasil dari pemeriksaan jentik nyamuk.
- f. Tidak merokok di Sekolah
 

Rokok ibarat pabrik bahan kimia. Dalam satu batang rokok yang diisap akan dikeluarkan sekitar 4.000 bahan kimia berbahaya diantaranya yang paling berbahaya adalah Nikotin, Tar dan CO. Nikotin menyebabkan ketagihan dan merusak jantung dan aliran darah. Tar menyebabkan kerusakan sel paru-paru dan kanker. CO menyebabkan berkurangnya kemampuan darah membawa oksigen, sehingga sel-sel tubuh akan mati.
- g. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan minimal 6 bulan sekali.

Alasan siswa perlu ditimbang:

Untuk mengawasi atau memantau pertumbuhan berat badan dan tinggi badan normal siswa agar dapat secepatnya diketahui jika ada siswa yang mengalami gizi kurang maupun gizi lebih.

- h. Tidak membuang sampah sembarangan
 

Sampah adalah hasil aktivitas manusia maupun alam yang berbentuk bahan sisa yang terbuang atau dibuang. Manfaat pengelolaan sampah:

  - 1) Menghemat sumber daya alam.
  - 2) Menghemat energi.
  - 3) Mengurangi uang belanja.
  - 4) Menghemat lahan Tempat Pembuangan Akhir (TPA).



- 5) Lingkungan asri (bersih,sehat dan nyaman)

### **2.2.10 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah**

Notoatmodjo (2012), mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini dibagi menjadi beberapa yakni faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pemungkin (*enabling factors*), faktor penguat (*reinforcing factors*), yaitu faktor-faktor predisposisi terjadinya perilaku seseorang, antara lain pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan, peran, nilai-nilai tradisi, dan sebagainya. Faktor-faktor pemungkin (*enabling factors*), merupakan faktor-faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi perilaku atau tindakan. Faktor-faktor penguat (*reinforcing factors*), yaitu faktor-faktor yang memperkuat atau mendorong terjadinya perilaku (Banun, 2016). Menurut pendapat dari Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO mengatakan faktor yang mempengaruhi kesehatan meliputi benda hidup, benda mati, peristiwa alam, faktor lingkungan buatan manusia, keturunan, dan perilaku (Banun, 2016).

Selain faktor-faktor di atas, perilaku hidup bersih dan sehat di pengaruhi oleh dua faktor yaitu:

- a. Faktor internal meliputi faktor-faktor yang muncul dari dalam diri individu bersangkutan untuk mempengaruhi individu tersebut, sehingga di dalam diri individu timbul unsur-unsur dan dorongan berbuat sesuatu. Faktor internal terdiri dari:



### 1) Kebiasaan

Kebiasaan merupakan suatu perilaku yang pada akhirnya menjadi otomatis dan tidak membutuhkan pemikiran dari orang tersebut, sehingga orang tersebut dapat memikirkan hal-hal lain yang lebih menarik ketika ia sedang berperilaku yang menjadi bagian dari kebiasaan tersebut (Rudiansyah and Jonyanis, 2014).

### 2) Kepercayaan

Kepercayaan merupakan salah satu faktor internal yang semakin baik kepercayaan seseorang, maka akan semakin baik pula sikap yang terbentuk di dalam diri individu tersebut. Pada akhirnya kepercayaan yang seperti itu membuat semakin baik pula perilaku yang dimunculkan oleh orang tersebut (Rudiansyah and Jonyanis, 2014).

### 3) Motivasi

Motivasi diartikan sebagai dorongan untuk bertindak dalam mencapai suatu tujuan tertentu, dan hasil dari dorongan dan gerakan ini diwujudkan dalam bentuk perilaku. Manusia berbuat sesuatu karena adanya dorongan atau motivasi tertentu. Motivasi atau dorongan ini timbul karena dilandasi oleh adanya kebutuhan Maslow yang dikelompokkan menjadi kebutuhan biologis, kebutuhan sosial, dan kebutuhan rohani (Rudiansyah and Jonyanis, 2014).



## 4) Kemauan

Kekuatan kemauan sangat erat hubungannya dengan keinginan. Jika seseorang memiliki perbedaan keinginan dalam dirinya, hal ini dapat menyebabkan konflik keinginan (Rudiansyah and Jonyanis, 2014).

## 5) Kepribadian

Kepribadian adalah komponen dalam diri individu yang berupa kesadaran maupun ketidaksadaran yang saling berhubungan antara satu dengan yang lainnya untuk saling mengisi dan saling membantu individu tersebut dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya secara khas dan termanifestasikan dalam pikiran, perasaan dan perilaku (Suminta, 2016).

## 6) Pengetahuan

Pengetahuan (ranah kognitif) adalah domain yang sangat penting dalam pembentukan tindakan seseorang (*overt behavior*). Ada enam tingkatan pengetahuan di dalam domain kognitif yakni di antaranya, Tahu (*Know*), memahami (*Comprehension*), aplikasi (*application*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), dan evaluasi (*evaluation*). Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2012).

- b. Faktor eksternal yakni, faktor-faktor yang ada di luar diri individu bersangkutan yang mempengaruhi individu tersebut, sehingga di dalam



diri individu timbul unsur-unsur dan dorongan berbuat sesuatu. Contohnya faktor lingkungan, pendidikan, ekonomi, fasilitas, dukungan dan budaya, yaitu:

#### 1) Faktor lingkungan

Faktor lingkungan sangat erat berkaitannya dalam mempengaruhi perilaku kesehatan. Faktor lingkungan juga terdiri dari, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan teman sebaya, lingkungan masyarakat, dan lain-lain. Munculnya faktor lingkungan akan berdampak pada kebiasaan perilaku masing-masing individu (Maulana, 2009).

#### 2) Pendidikan

Pendidikan memiliki peranan penting dalam kesehatan masyarakat. Jika pendidikan masyarakat yang rendah, menjadikan mereka sulit untuk mendapatnya pengetahuan tentang pentingnya kesehatan perorangan dan sanitasi lingkungan untuk mencegah terjangkitnya penyakit menular (Rudiansyah and Jonyanis, 2014)

#### 3) Ekonomi

Pendapatan bila ditinjau dari faktor sosial ekonomi, maka ekonomi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat wawasan masyarakat mengenai sanitasi lingkungan. Kemampuan anggaran rumah tangga juga dipengaruhi oleh kecepatan untuk meminta pertolongan apabila anggota keluarganya sakit (Rudiansyah and Jonyanis, 2014).



#### 4) Fasilitas

Saranan untuk mempermudah dan memperlancar suatu pelaksanaan, terdapat dua macam fasilitas yakni sosial dan umum. Jika fasilitas sosial adalah fasilitas yang disediakan oleh pemerintah atau swasta untuk masyarakat, seperti sekolah, klinik, dan tempat ibadah. Sedangkan untuk fasilitas umum merupakan fasilitas yang disediakan untuk umum, seperti jalan dan alat penerangan umum (KBBI, 2018).

### 2.3 Konsep Pengetahuan

#### 2.3.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Yuliana, 2017). Menurut Notoatmodjo, pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Jadi pengetahuan adalah berbagai macam hal yang diperoleh oleh seseorang melalui panca indera (Yuliana, 2017).

Pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Panca indra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang



sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal dan sangat erat hubungannya. Diharapkan dengan pendidikan yang tinggi maka akan semakin luas pengetahuannya. Tetapi orang yang berpendidikan rendah tidak mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, tetapi juga dapat diperoleh dari pendidikan non formal. Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang. Semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu (Notoatmodjo, 2012).

### **2.3.2 Tingkatan Pengetahuan**

Menurut Kumayi and Sulaiman (2015), tingkatan pengetahuan terdiri dari 4 macam, yaitu pengetahuan deskriptif, pengetahuan kausal, pengetahuan normatif dan pengetahuan esensial. Pengetahuan deskriptif yaitu jenis pengetahuan yang dalam cara penyampaian atau penjelasannya berbentuk secara objektif dengan tanpa adanya unsur subyektivitas. Pengetahuan kausal yaitu suatu pengetahuan yang memberikan jawaban tentang sebab dan akibat. Pengetahuan normatif yaitu suatu pengetahuan yang senantiasa berkaitan dengan suatu ukuran dan norma atau aturan. Pengetahuan esensial adalah suatu pengetahuan yang menjawab suatu pertanyaan tentang hakikat segala sesuatu dan hal ini sudah dikaji dalam bidang ilmu filsafat.



Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda. Dijelaskan bahwa ada enam tingkatan kategori yaitu pengetahuan (*knowledge*), pemahaman (*comprehension*), penerapan (*application*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), dan evaluasi (*evaluation*) (Bloom, 1956). Pada tahun 1994, Lorin Anderson Krathwohl yang merupakan salah seorang murid Bloom, dan beberapa ahli psikologi aliran kognitivisme melakukan perbaikan dalam taksonomi Bloom. Doman/ranah yang direvisi hanya pada ranah kognitif. Perbaikan tersebut dilakukan agar sesuai dengan kemajuan jaman (Utari and Retno, 2011). Berikut ini akan diuraikan penjelasan dari masing-masing ranah kognitif:

a. Mengingat (*Remembering*)

Mengingat yaitu mengambil pengetahuan dari memori jangka panjang. Dalam hal ini mengingat merupakan usaha untuk memperoleh kembali pengetahuan baik yang baru saja didapatkan maupun yang sudah lama didapatkan. Mengingat meliputi kegiatan mengenali (*recognizing*) dan memanggil kembali (*recalling*).

b. Memahami (*Understanding*)

Memahami yaitu mengkonstruksi makna dari materi pembelajaran, termasuk apa yang diucapkan, ditulis dan digambarkan oleh guru. Memahami berkaitan dengan membangun sebuah pengertian dari berbagai sumber seperti pesan, bacaan dan komunikasi. Memahami meliputi kegiatan menafsirkan (*interpreting*), mencontohkan (*exemplifying*), mengklasifikasikan (*classifying*), merangkum

