

Pengaruh Toilet Training Terhadap Perkembangan Perilaku Sehat (Mencuci Tangan) Anak Usia 4-5 Tahun

Fitriyawati¹, Alfian Ashshidiqi Poppyariyana², Indra Zultiar³

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Muhammadiyah Sukabumi
e-mail: fitriyawati025@ummi.ac.id ¹ Alfian13@ummi.ac.id ² indrazultiar@gmail.com ³

Abstrak

Perilaku sehat sebagai salah satu aspek indikator yang perlu dikembangkan dan distimulusi bagi anak usia 4-5 tahun untuk menjaga kebersihan dirinya sendiri salah satunya ialah dengan mencuci tangan dengan cara yang baik dan benar. Maka perlu dilakukan pembiasaan salah satunya ialah *toilet training*. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif non equivalent dimana penelitian ini dilakukan terhadap anak usia 4-5 tahun sebanyak 60 anak yang terbagi menjadi kelas kontrol dan kelas eksperimen dengan nilai hasil skor kuisioner menunjukkan peningkatan pada nilai *posttest* di kelas eksperimen. Selain itu, dengan menggunakan pengujian uji t dua sampel berpasangan menunjukkan hasil bahwa nilai t hitung lebih besar dari t tabel dan nilai sigbifikansi menunjukkan nilai 0,000 yang dapat dinyatakan bahwa *toilet training* berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku sehat (mencuci tangan) anak usia 4-5 tahun dan disimpulkan bahwa H_0 diterima atau H_1 ditolak.

Kata Kunci : perilaku, sehat, pembiasaan, toilet, training

Abstract

Healthy behavior as an indicator aspect that needs to be developed and stimulated for children aged 4-5 years to maintain personal hygiene, one of which is by washing hands in a good and correct way. So it is necessary to make habituation, one of which is toilet training. This study was conducted using a non-equivalent quantitative method where this study was conducted on 60 children aged 4-5 years which were divided into control class and experimental class with the results of the questionnaire scores showing an increase in posttest scores in the experimental class. In addition, using the t-test test of two paired samples shows the results that the t-count value is greater than the t-table and the significance value shows a value of 0.000 which can be stated that toilet training has a significant effect on healthy behavior (washing hands) children aged 4-5 years. and concluded that H_0 is accepted or H_1 is rejected.

Keywords: *behavior, healthy, habituation, toilet, training*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan yaang sangat penting bgi anak untuk mengembangkan segala potensi yang ada pada diri anak yang terdiri dari kemampuan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk mempersiapkan anak dalam menjalankan kehidupannya serta menghadapi permasalahan-permasalahan di kehidupan sehari-harinya secara kreatif (Siwiyanti, Zultiar, & Hurri, 2014). Perkembangan tersebut distimulasi melalui kegiatan pembelajaran dan juga pembiasaan-pembiasaan dengan tujuan pembelajaran yang telah dirancang oleh pendidik sesuai dengan kurikulum pendidikan anak usia dini yang mementingkan kecakapan hidup dan keseimbangan perkembangan 6 aspek perkembangan salah satunya ialah aspek motorik yang memuat indikator kemampuan anak dalam menjaga kebersihan diri dengan perilaku sehat sehat (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2018).

Perkembangan perilaku sehat anak merupakan perkembangan yang sangat penting karena mampu menumbuhkan kesadaran anak dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungannya, terlebih lagi dalam kondisi saat ini, kita sedang berada di situasi pandemi

akibat virus Covid-19 yang melanda negeri kita pada awal bulan Maret tahun 2020. Hal ini membuat seluruh masyarakat tidak terkecuali perlu lebih memperketat perilaku sehat. Perilaku sehat yang sangat dianjurkan untuk selalu dilakukan salah satunya ialah kegiatan mencuci tangan, karena sebelum terjadinya pandemi pun hal ini telah dianggap sebagai hal dasar dalam perilaku sehat yang perlu dilakukan. Perilaku merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan seorang individu baik yang diamati atau yang dilakukan secara langsung. Sehat merupakan suatu kondisi yang baik yang mencakup pada fisik, mental, dan sosial (Astuti, 2016). Jadi perilaku sehat ialah kegiatan yang dilakukan oleh individu sebagai upaya untuk mencapai kondisi yang baik baik secara fisik ataupun mental serta sosialnya.

Mencuci tangan ialah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dan bertahap dari kedua belah tangan dengan menggunakan air dan sabun (Sugiarto, Berliana, Yenni, & Wuni, 2019). Adapun tata cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020) ialah Basahi tangan dengan air bersih; Gunakan sabun pada tangan secukupnya; Gosok telapak tangan yang satu ke telapak tangan lainnya; Gosok punggung tangan dan sela jari; Gosok telapak tangan dan selajari dengan posisi saling bertautan; Gosok punggung jari ke telapak tangan dengan posisi saling bertautan; Genggam dan basuh ibu jari dengan posisi memutar; Gosok bagian ujung jari ke telapak tangan agar bagian kuku terkena sabun; Gosok dan bersihkan tangan yang bersabun dengan air bersih mengalir; Kerangkan tangan dengan lap bersih atau tisu; dan Bersihkan pemutar keran air dengan lap atau tisu.

Adapun perkembangan yang harus dicapai oleh anak usia 4-5 tahun berkaitan dengan perilaku sehat dan tindakan keselamatan berdasarkan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) ialah anak mampu menggunakan toilet (penggunaan air, membersihkan diri) dengan bantuan minimal (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2018). Hal ini perlu dilakukan dengan pembiasaan *toilet training*. Pembiasaan merupakan suatu perilaku atau kegiatan yang dilakukan dengan pemberian motivasi serta latihan berulang untuk menirukan suatu perilaku (Ana, 2016). Kegiatan *toilet training* merupakan pembiasaan yang dilakukan agar anak memiliki kemandirian dalam melakukan kegiatan BAK atau BAB. Namun, sebenarnya tidak itu. Melainkan kegiatan lain yang berkaitan dengan penggunaan kamar mandi demi menjaga kebersihan dan kesehatan seperti, mencuci tangan, gosok gigi dan juga mandi (Musfiroh & Wisudanyas, 2014).

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan *Quasi Experimental Design* yaitu *nonequivalen* dengan adanya kelas kontrol dan kelas eksperimen sebagai bahan perbandingan dalam keberhasilan sebuah eksperimen yang diberikan berupa *toilet training* untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh oleh variabel X terhadap variabel Y yaitu perilaku sehat (mencuci tangan) anak usia 4-5 tahun Lembaga PAUD di Kecamatan Ciracap. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini ialah anak usia 4-5 tahun yang bersekolah di lembaga Taman Kanak-kanak Kecamatan Ciracap dengan 30 anak menjadi kelas kontrol dan 30 anak menjadi kelas eksperimen.

Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah kuisioner atau angket dengan menggunakan skala likert yang telah diuji validasi oleh ahli. Selanjutnya, data yang telah dikumpulkan di oleh menggunakan teknik analisis data dengan menggunakan rumus (Sugiyono, 2015) :

Uji T Dua Sampel Berpasangan dilakukan setelah pengujian normalitas dan homogenitas data, dilakukan Uji *t* dua sampel berpasangan untuk mengetahui perbedaan nilai rata-rata *pretest* (X) dan *posttest* (Y) pada kelas kontrol dan juga kelas eksperimen.

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{n(n-1)}}}$$

Keterangan :

- Md : mean dari perbedaan antara *Pretest* (X) dan *Posttest* (Y)
Xd : deviasi masing-masing subjek (d – Md)

$\sum x^2d$: jumlah kuadrat deviasi
n : subjek pada sampel
df : atau db adalah n-1

Paired samples test akan menunjukkan hasil nilai t, apabila nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka *toilet training* tidak berpengaruh terhadap perilaku sehat (mencuci tangan) anak usia 4-5 tahun. sedangkan apabila nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka *toilet training* berpengaruh terhadap perilaku sehat (mencuci tangan) anak usia 4-5 tahun. selain itu, nilai sig. $< 0,05$ maka *toilet training* berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku sehat (mencuci tangan) anak usia 4-5 tahun di lembaga TK Kecamatan Ciracap.

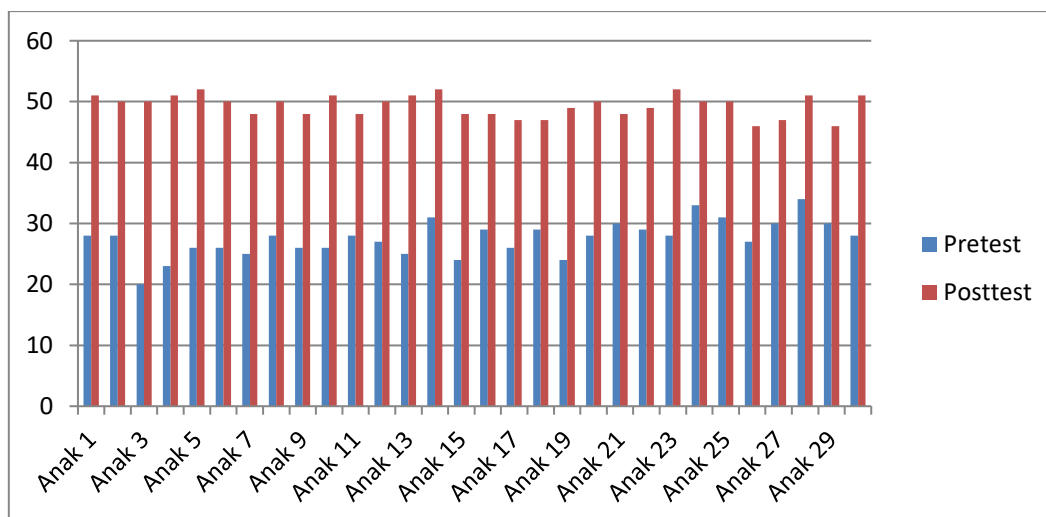
HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 60 anak usia 4-5 tahun yang dibagi menjadi Kelas Kontrol sebanyak 30 anak dan Kelas Eksperimen sebanyak 30 anak yang berasal dari beberapa lembaga Taman Kanak-kanak yaitu :

No	Nama Lembaga	Jumlah Anak
1.	TK As-Salam	15 Anak
2.	TK Bunga Winaya	15 Anak
3.	TK Al-Istiqomah	15 Anak
4.	TK Winaya Mekar	15 Anak

Sumber : Data Lapangan

Penelitian ini dilakukan untuk menjawab hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu Jika dilihat dari kelas eksperimen yang terdiri dari 30 orang anak yang diberikan perlakuan berupa *toilet training* dengan hasil total nilai *pretest* dan *posttest* sebagai berikut :



Sumber : Pengolahan data kuisisioner

Grafik 1 Skor Total Angket Kelas Eksperimen

Berdasarkan grafik di atas, dapat dilihat bahwa nilai *posttest* lebih besar dari nilai *pretest*. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan perilaku sehat anak usia 4-5 tahun setelah diberikan perlakuan *toilet training*. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari pelaksanaan *toilet training* terhadap perilaku sehat (mencuci tangan) anak usia 4-5 tahun di lembaga TK Kecamatan Ciracap.

Jika berdasarkan Uji t Dua Sampel berpasangan di dapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 2 Uji t Dua Sampel Berpasangan (Kelas Kontrol)

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Paired Sample 1 Pretest - Posttest	-,367	6,584	1,202	-2,825	2,092	-,305	29	,763

Sumber : Pengolahan data melalui SPSS 19, 2021

Berdasarkan tabel di atas dihasilkan t hitung sebesar -0,305. Selanjutnya tahap mencari t tabel dengan nilai df (n-1) = 29 dan sig. $\alpha/2$ (0,05/2) yaitu 0,025. Maka di dapatkan hasil t tabel ialah 2,0452. Maka, nilai t hitung < dari t tabel. Hal ini menyatakan bahwa kelas kontrol tidak mengalami perubahan ataupun pengaruh karena tidak diberikan perlakuan berupa *toilet training*.

Tabel 3 Uji t Dua Sampel Berpasangan (Kelas Eksperimen)

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Paired Sample 1 Posttest - Pretest	21,800	3,448	,630	20,512	23,088	34,628	29	,000

Sumber : Pengolahan data melalui SPSS 19, 2021

Berdasarkan tabel di atas dihasilkan t hitung sebesar 34,628. Selanjutnya tahap mencari t tabel dengan nilai df (n-1) = 29 dan sig. $\alpha/2$ (0,05/2) yaitu 0,025. Maka di dapatkan hasil t tabel ialah 2,0452. Maka, nilai t hitung > dari t tabel. Hal ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan oleh kegiatan *toilet training* terhadap perilaku sehat anak usia 4-5 tahun. Selain itu nilai signifikansi pada pengujian ini menunjukkan nilai 0,000 yaitu lebih kecil dari 0,05 atau $0,000 < 0,05$ yang menyatakan bahwa variabel X berpengaruh signifikan terhadap variabel Y. Dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima atau H_1 ditolak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji t dua sampel berpasangan pada kelas eksperimen menunjukkan nilai t hitung > t tabel maka dinyatakan bahwa kegiatan *toilet training* berpengaruh signifikan terhadap perilaku sehat anak usia 4-5 tahun. Hal ini didukung oleh perolehan hasil nilai signifikansi pada tabel uji t dua sampel berpasangan sebesar $0,000 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima atau H_1 ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

Ana, N. (2016). *Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih Anak Usia Dini Di Paud Melati Jaya Jungkat Kecamatan Siantan*. 42(1), 1–10. Retrieved From <https://Jurnal.Untan.Ac.Id>
Astuti, A. K. (2016). *Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di Paud Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan*. 264–272. Retrieved From https://www.researchgate.net/publication/315300899_Pelaksanaan_Perilaku_Sehat_

- Pada_Anak_Usia_Dini_Di_Paud_Purwomukti_Desa_Batur_Kecamatan_Getasan
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun*.
Retrieved From [Http://Kesmas.Kemkes.Go.Id](http://kesmas.kemkes.go.id)
- Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan Ri. (2018). *Permendikbud Nomor 146 Tahun 2014 :
Tentang Kurikulum 2013 Paud*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Paud.
- Musfiroh, M., & Wisudanityas, B. L. (2014). Penyuluhan Terhadap Sikap Ibu Dalam
Memberikan Toilet Training Pada Anak. *Kemas: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2),
157–166. <https://doi.org/10.15294/kemas.v9i2.2844>
- Siwiyanti, L., Zultiar, I., & Hurri, I. (2014). *Email: Abstrak*. 101–104. Retrieved From
[Http://Eprints.Ummi.Ac.Id](http://eprints.ummi.ac.id)
- Sugiarto, S., Berliana, N., Yenni, M., & Wuni, C. (2019). Peningkatan Pengetahuan Siswa
Tentang Cuci Tangan Yang Baik Dan Benar Di Sdn 37/I Kecamatan Bajubang. *Jurnal
Pengabdian Harapan Ibu (Jphi)*, 1(2), 59. <https://doi.org/10.30644/jphi.v1i2.266>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (22nd Ed.). Bandung:
Alfabeta.