

## **HUBUNGAN ANTARA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TERHADAP KUALITAS HIDUP BAGIAN KOGNITIF ANAK SD N 08 PAGI RAWA BUAYA 2016**

Gisely Vionalita<sup>1</sup>, Devi Angeliana Kusumaningtiar<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul  
Jl. Arjuna Utara No. 9 Tol Tomang Kebon Jeruk Jakarta 11510  
gisely@esaunggul.ac.id

### ***Abstract***

*The quality of life is one of the indicators to improve the ability and readiness of the children to live in productive way. Cognitive is one of the domains in quality of the children. The cognitive quality will determine the ability to concentrate, understanding the task and studying. This could be affected by the Clean and Healthy Behaviour of the children. The objective of this study is to know the relationship between the clean and healthy behavior and cognitive quality of the children. The data was obtained by using questionnaire and analyzed using chi square test. The study population included 127 people from fourth and fifth grade in SD N 08 Rawa Buaya elementary school. This study found that there is relationship between the clean and healthy behavior of children and cognitive quality of the children ( $P < 0.05$ ). This result shows that the importance of improving the clean and healthy behavior for the children, thus they can be practicing in their future and affected their cognitive quality. This can be helpful for them to understand and capable of doing their task for their life.*

**Keywords :** *Children, Quality of life, cognitive, PHBS, the clean and healthy behavior*

### **Abstrak**

Kualitas hidup manusia adalah salah satu indikator untuk meningkatkan kemampuan dan kesiapan anak untuk hidup dengan produktif. Kognitif adalah salah satu domain untuk mengukur kualitas hidup anak yang akan menentukan kemampuan untuk berkonsentrasi, memahami tugas dan dalam pembelajaran. Hal ini dapat disebabkan oleh perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat terhadap kualitas kognitif anak. Data didapatkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji chi square. Populasi dari penelitian ini adalah 127 anak kelas IV dan V di SD N 08 Rawa Buaya. Penelitian ini menemukan bahwa adanya hubungan signifikan antara PHBS dan kualitas kognitif anak ( $P < 0.05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa pentingnya untuk meningkatkan PHBS bagi anak sehingga mereka dapat mempraktekkan di masa yang akan datang. Hal ini akan sangat berguna untuk meningkatkan kemampuan dalam memahami dan menyelesaikan pekerjaan dalam kehidupan mereka.

**Kata kunci :** Anak, Kualitas hidup, PHBS

## **Pendahuluan**

Mengurangi kemiskinan dan meningkatkan pendidikan manusia merupakan bagian dari *Millenium Development Goals* (MDG's) yang telah disepakati negara-negara yang ada di bawah PBB (Persatuan Bangsa Bangsa), salah satunya adalah Indonesia. Kualitas hidup manusia atau (*quality of life*) merupakan upaya utama yang dapat meningkatkan sumber daya manusia dimasa yang akan datang yang akan berhubungan dengan kemajuan bangsa dan negara. Indonesia memiliki lebih dari 19% penduduk usia dibawah 10 tahun yang bermakna masih banyak potensi yang dapat dikembangkan untuk menuju generasi penerus yang berkualitas (Ali, 2009). Dalam mewujudkannya penting adanya investasi dalam peningkatan kualitas hidup semenjak usia anak-anak. Kualitas anak adalah cermin kualitas bangsa dan cermin peradaban dunia. Tidak seperti dahulu yang menganggap daya hidup anak (*child Survival*) lebih penting dibanding kualitas hidup anak (*quality of life*) yang bersifat lebih integral dan komprehensif (Sunarti, 2004). Sekarang indikator kesejahteraan suatu masyarakat atau suatu bangsa salah satunya dilihat dari kualitas hidup anak.

Kualitas yang baik pada anak dapat dilakukan dengan upaya peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Definisi sehat menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suatu keadaan dimana tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan, tetapi juga adanya keseimbangan antara fungsi fisik, mental, dan sosial (Suharto, 2005). Sehingga pengukuran kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan meliputi tiga bidang fungsi yaitu: fisik, psikologi

(kognitif dan emosional), dan sosial. Kualitas hidup adalah konsep yang mencakup karakteristik fisik, mental, sosial, emosional, yang mencakup komplikasi dan efek terapi suatu penyakit secara luas yang menggambarkan kemampuan individu untuk berperan dalam lingkungannya dan memperoleh kepuasan dari yang dilakukannya.

Peningkatan kualitas hidup anak juga akan dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap mengenai perilaku hidup bersih (Maulana & Kes, 2009). Anak usia sekolah merupakan waktu yang kritis dalam menanamkan pemikiran mengenai perilaku hidup bersih dan hal ini akan sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal. Sekolah Dasar merupakan sekolah formal tahap pertama yang akan membantu mengajarkan paradigma mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Bila tidak ditanamkan sejak dini hal ini akan mengganggu performa pembelajaran dan kualitas anak di masa yang akan datang (Wulandari, 2011).

Kualitas kognitif merupakan salah satu dimensi yang akan diukur dalam kualitas hidup manusia. Kognitif berhubungan dengan aktivitas intelektual yang disadari seperti berpikir, menjelaskan, membayangkan, mempelajari kata, dan menggunakan bahasa (Webster 1993, diacu dalam Hastuti 2006). SDN 08 Pagi Rawa Buaya merupakan sekolah yang terletak di daerah rawan banjir yang masih menjadi pusat perhatian seluruh pihak.. Penataan perumahan dan peletakkan batasan jarak dari sungai masih sering jadi perbincangan karena dianggap tidak sesuai dengan ketentuan yang seharusnya. Penduduk yang padat juga merupakan permasalahan dari wilayah tersebut. Peletakkan fasilitas umum seperti pasar tidak dikelola dengan baik sehingga menciptakan lingkungan yang “becek”,

dengan sampah berserakan yang jauh dari kesan bersih. Sekolah terletak di tempat keramaian yang selalu memfasilitasi dengan jajanan sekitar yang bebas tanpa melalui perizinan pihak sekolah.

SD N 08 Pagi Rawa Buaya sendiri sudah mengeluhkan banyaknya anak yang menderita penyakit diare. Bahkan hampir 80% anak di kelas IV dan V SD mengaku pernah mengalami kejadian Diare (Profil Puskesmas Rawa Buaya, 20015). Selain itu, Profil Puskesmas setempat juga mencatat kejadian cacangan dan leptospirosis juga rawan terjadi di kawasan banir seperti daerah ini. Permasalahan ini berdampak terhadap persentase kehadiran di SD, yang akan mempengaruhi keefektifitasan proses pembelajaran. Kehadiran merupakan unsur yang sangat penting dengan metode pembelajaran yang dimiliki oleh sistem pendidikan di Indonesia.

Pola hidup anak dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat dapat terwujud apabila dilakukan secara terus menerus dalam bentuk kehidupan sehari-harinya yang akan menimbulkan suatu intensitas dalam pelaksanaannya (Gunarsa, 2008). Dalam melambangkan perilaku hidup bersih dan sehat ini biasanya anak akan melihat/meniru tempat di mana anak tinggal. Oleh karena itu, anak menuntut lingkungan yang sehat untuk dapat berperilaku bersih dan sehat.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian yang berjudul Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap Kualitas Kognitif Anak SD N 08 Pagi Rawa Buaya.

### Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *observasional*, dengan desain studi potong lintang (*cross sectional*). Penelitian ini ingin melihat hubungan

antara perilaku hidup bersih sehat dengan kualitas kognitif anak SD N 08 Pagi rawa Buaya. Dalam penelitian ini tidak dilakukan intervensi terhadap alam. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang penulis gunakan merupakan sampel jenuh (*total sampling*) dimana responden penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V yang berjumlah 165 orang. Pengumpulan data untuk variable Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) akan menggunakan kuesioner dengan 15 pertanyaan yang berdasarkan indikator depkes yang meliputi : Menyuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, dan membuang sampah pada tempatnya. Kualitas kognitif akan menggunakan kuesioner terjemahan TACQoL untuk kualitas hidup anak yang sudah valid. Kedua variable tersebut akan diuji menggunakan *chi square*.

### Hasil dan Pembahasan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak SD N 08 Pagi Rawa Buaya

Tabel 1  
Gambaran Kualitas Kognitif Anak

	Variabel	Frekuensi
PHBS	Baik	62 (48.8%)
	Buruk	65 (51.2%)

Berdasarkan data yang diperoleh dari seluruh responden didapatkan proporsi tertinggi pada PHBS kategori buruk sebesar 65 (51.2%) dan kategori baik 62 (48.8%). Data tersebut menunjukkan kebiasaan PHBS dari responden yang masih belum memprioritaskan kebiasaan

hidup bersih. Didapatkan dari skor terendah didapatkan dari kebiasaan membawa bekal dari rumah. Hal ini menunjukkan perilaku jajan yang tinggi padan anak SD N 08 Pagi rawa Buaya. Kebiasaan ini tidak baik untuk perilaku hidup bersih dan sehat. Karena belum ada nya penertiban atau pemeriksaan jajanan yang tersedia di lingkungan sekolah. Hal ini didukung lagi dengan tidak adanya kantin di dalam sekolah. Dari hasil pengamatan didapatkan jajanan di lingkungan sekolah tersebut sangat beragam dan biasanya didominasi dengan makanan dengan warna yang mencolok sehingga menarik perhatian anak. Larangan ataupun ketentuan untuk berjualan pun tidak dimiliki oleh pihak sekolah. Sehingga membawa bekal dari rumah dinilai akan efektif untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia ini. Skor terendah lainnya didapatkan dari rendahnya frekuensi pengukuran berat dan tinggi anak. Hal ini penting dilakukan untuk mengontrol pertumbuhan anak. Masalah gizi anak merupakan perhatian di ilmu kesehatan anak pada saat ini. Dengan observasi perkembangan pertumbuhan dapat menghindari dari obesitas dan gizi kurang (Depkes RI, 2003).

Didapatkan juga skor terendah untuk keterlibatan anak dalam membersihkan jentik nyamuk dilingkungan sekolah. Kegiatan ini penting untuk mengajarkan anak pentingnya menjaga kebersihan dan mengetahui factor-faktor penyebab munculnya jentik nyamuk. Pembelajaran ini tentunya akan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat di masa yang akan datang. Jadi anak akan bertanggungjawab dalam berperilaku di kehidupannya mendatang.

### **Kualitas Kognitif Anak SD N 08 Pagi Rawa Buaya**

Kualitas kognitif merupakan unsur penting untuk menilai kualitas hidup anak. Kognitif di penelitian ini diukur menggunakan kuesioner yang akan dijawab menggunakan persepsi anak mengenai kemampuan mereka dalam berkonsentrasi, memberikan perhatian, memahami dan membaca.

Tabel 2  
Gambaran Kualitas Kognitif Anak

	<b>Variabel</b>	<b>Frekuensi</b>
Kognitif	Baik	58 (45.7%)
	Buruk	69 (54.3%)

Didapatkan proporsi tertinggi berada pada kualitas kognitif buruk 69 (54.3%) dan kognitif baik 58 (45.7%). Dari data didapat skor terendah terdapat di kemampuan memahami matematik dan tugas sekolah. Seperti yang diketahui untuk usia sekolah dasar wajib untuk memahami matematik dengan perhitungan dasar yang telah disesuaikan dengan kemapuan anak SD. Untuk memahami hal tersebut dibutuhkan pemahaman dan perhatian dari anak. Kemampuan tersebut sudah seharusnya diasah sehingga nantinya dapat menyelesaikan sekolah formal hingga ke tingkat lanjutan sesuai keinginan anak. Mengetahui profil kognitif anak dinilai sangat penting untuk mengetahui permasalahan yang terjadi dalam bidang akademik. Sehingga anak dapat pendekatan terbaik dari lingkungan sekolah maupun dari orang tua. Kesulitan yang dapat terdeteksi oleh kuesioner ini dapat membantu dalam peningkatan kognitif anak.

### **Hubungan antara PHBS dengan Kualitas Kognitif Anak SD N 08 Pagi Rawa Buaya**

Dari analisis data yang dilakukan didapatkan adanya hubungan signifikan ( $P < 0.05$ ) antara perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan kualitas kognitif anak.

Tabel 3  
Hubungan antara PHBS dan kualitas Kognitif Anak

Variabel	Kognitif		Total	Pvalue
	Buruk	Baik		
PHBS Buruk	44 (67.6%)	21 (32.3%)	65 (100%)	0.010
	Baik	27 (43.5%)	35 (56.4%)	

$P < 0.05 = \text{Significant difference}$

Berdasarkan analisis bivariat, terdapat hubungan antara PHBS dengan kualitas kognitif anak SD N 08 Pagi Rawa Buaya. Hal ini menunjukkan untuk meningkatkan kemampuan kognitif anak diperlukan perilaku hidup bersih dan sehat. SD merupakan tempat yang tepat untuk dapat membiasakan PHBS semenjak dini. PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktekkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Depkes, 2007).

Dengan adanya sarana mencuci tangan serta gencarnya penyuluhan pentingnya mencuci tangan akan membuat guru dan peserta didik terbiasa dan sadar akan pentingnya melakukan cuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun. Mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun melatih nilai karakter disiplin (Taryatman, 2016). Anak yang terbiasa melakukan perilaku

baik semenjak kecil akan membawa perilaku tersebut hingga dewasa, dan sebaliknya jika anak mendapatkan pendidikan yang tidak tepat, akan menyulitkan pada pendidikan tahap-tahap selanjutnya. Banyak pakar mengatakan bahwa kegagalan penanaman karakter pada seseorang sejak usia dini, akan membentuk pribadi yang bermasalah di masa dewasanya kelak (Patmonodewo, 2000). Sehingga untuk meningkatkan kualitas manusia di masa yang akan datang, kita diperlukan untuk memperhatikan kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia sekolah sehingga dapat menanamkan nilai kebiasaan yang baik dan dapat meningkatkan kemampuan perhatian, memahami pekerjaan dan beradaptasi secara akademik dengan baik di lingkungan sekolah.

### **Kesimpulan**

Kognitif merupakan unsur penting untuk menilai kualitas hidup anak. Pengukuran kognitif ini dilakukan untuk mendapatkan informasi sedini mungkin mengenai profil kognitif anak agar dapat meningkatkan dan mengembangkan kemampuan anak untuk menciptakan anak usia dini yang berkualitas.

Dari hasil studi ini dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat dengan kualitas kognitif anak. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat bagi anak SD N 08 Pagi rawa Buaya sehingga dapat meningkatkan kemampuan kognitif anak dalam memahami pelajaran di sekolah.

### **Daftar Pustaka**

Departemen Kesehatan RI 2007, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*, Bakti Husada, Jakarta. Departemen Kesehatan

- DEPKES, (2013). Riset kesehatan dasar. *Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.*
- Dicky Djatnika Utama. "Peranan Pendidikan dalam Pengentasan Kemiskinan. *Jurnal Ilmu Administrasi dan Kebijakan Publik*". 6(1), 1-12. 2009.
- Patmonodewo, S. (2000). *Pendidikan anak prasekolah.* Rineka Cipta bekerjasama dengan Departemen Pendidikan & Kebudayaan..
- Tadkiroatun Musfiroh. "Menumbuh kembangkan Baca-Tulis Anak Usia Dini". Grasindo. 2009.
- Taryatman, T. (2016). Budaya hidup bersih dan sehat di sekolah dasar untuk membangun generasi muda yang berkarakter. *Trihayu*, 3(1).
- Toha Muhaimin. "Mengukur Kualitas Hidup Anak." *Kesmas Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 5.2. 2010.