

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia dini merujuk kepada anak yang baru lahir hingga mencapai usia 6 tahun. Fase usia ini sering kali dikenal sebagai masa keemasan atau *Golden Age*. Berdasarkan penjelasan dari *National Association for the Education of Young Children* (NAEYC), anak usia dini yang umumnya mencakup usia 0-8 tahun adalah periode yang sangat penting dan termasuk dalam program pendidikan di taman penitipan anak, penitipan anak di lingkup keluarga, serta pendidikan prasekolah baik yang dikelola secara swasta maupun negeri, kindergarten, dan sekolah dasar (NAEYC, 1992). Selama periode ini, berbagai aspek kehidupan manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara menyeluruh.

Anak-anak usia dini (AUD) merupakan individu yang sedang berada pada tahap perkembangan yang sangat pesat dalam berbagai aspek kehidupannya, sehingga AUD juga disebut sebagai masa-masa emas yang merupakan “masa peka” dan hanya terjadi sekali sehingga menuntut perkembangan anak secara optimal. Anak usia dini merupakan anak yang mengalami proses pertumbuhan yang penting untuk kelangsungan hidup mereka dimasa depan (Pramana, 2020). Pada masa usia dini, ada beberapa konsep dan fakta yang menandai periode keemasan dalam perkembangan anak, seperti masa waktu eksplorasi, peka, masa bermain, dan juga masa identifikasi. Anak usia dini juga merupakan

manusia yang memiliki sifat egosentris, rasa ingin tahunya yang tinggi, dan pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman secara langsung.

Anak-anak di usia dini mengalami proses tumbuh dan berkembang yang berlangsung dengan sangat pesat. Mereka juga memiliki kemampuan untuk mengintegrasikan pengetahuan yang sudah mereka ketahui dengan pengetahuan baru. Mereka juga belajar memahami konsep dengan mengaitkan perbedaan dan persamaan antara dua objek (Watini, 2019). Pada tahap ini, pengalaman yang diperoleh anak akan sangat memengaruhi kualitas hidup mereka di masa yang akan datang atau masa depan. Anak-anak dalam usia dini sedang berada dalam fase perkembangan yang sangat cepat. Agar perkembangannya baik, diperlukan pendidikan khusus untuk anak-anak di fase usia ini.

Berdasarkan Pasal 1 dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun, pendidikan anak usia dini adalah pendidikan yang diberikan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan jasmani (fisik) serta rohani (mental) anak, agar mereka siap memulai pendidikan. Pendidikan untuk anak usia dini bertujuan mengembangkan berbagai aspek perkembangannya, sebagaimana dinyatakan pada Permendikbud nomor 37 tahun 2014. Enam komponen tersebut adalah perkembangan nilai agama dan moral, kognitif, sosial emosional, bahasa, fisik motorik, dan seni, menurut Departemen Pendidikan Nasional (Kemdikbud, 2014). Anak-anak pada usia dini merupakan sasaran tepat untuk menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat. tingkat keingintahuan anak yang besar mendorong mereka untuk mencoba apapun demi memuaskan rasa ingin tahunya. Di usia ini pula, anak

mulai meniru apa yang mereka amati untuk mendapatkan gambaran tentang pengembangan kepribadian. Karena akan lebih mudah untuk mengajarkan mereka kebiasaan yang baik, seperti menjalani gaya hidup bersih dan sehat, lantaran mereka sangat sensitif terhadap rangsangan.

Menurut Mulasari sebagaimana dikutip dari (Misbar et al., 2025), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah rangkaian perbuatan yang dilakukan dengan kesadaran melalui proses pembelajaran dengan tujuan untuk membantu individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat dalam menjaga kesehatan diri mereka sendiri dan berpartisipasi dalam upaya meningkatkan tingkat kesehatan di masyarakat. menjalankan pola hidup bersih dan sehat seperti ini mencakup rutinitas sehari-hari yang dilakukan dengan konsisten, misalnya menjaga kebersihan lingkungan sekitar, mengonsumsi makanan yang bernutrisi, dan mempraktikkan perilaku hidup yang bersih dan sehat. Dengan menerapkan gaya hidup yang bersih dan sehat, kualitas hidup dapat meningkat karena perilaku seperti ini menjadi salah satu kebiasaan sadar yang dilakukan rutin.

Menurut Mardhiati (2019), Perilaku hidup bersih menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung terwujudnya kesehatan jasmani yang optimal pada generasi muda. Karena alasan tersebut, pendidikan kesehatan sangat dibutuhkan sejak dini sebagai langkah membentuk perilaku hidup yang bersih dan sehat (Fatima Mardina Angkur et al., 2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu metode untuk menghindari munculnya penyakit atau gangguan kesehatan pada individu. Diharapkan semua pihak dalam masyarakat, termasuk anak usia dini, dapat menerapkan perilaku ini.

Pembelajaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat diterapkan pada (AUD) anak usia dini karena pada usia ini adalah saat yang tepat untuk memberikan mereka berbagai stimulus yang dapat membantu pertumbuhan mereka (Misbar et al., 2025). Pada masa ini, anak cenderung lebih mudah meniru perilaku orang yang mereka lihat disekitarnya, sehingga penerapan perilaku hidup bersih dan sehat menjadi strategi yang efektif dalam mengajarkan anak pola hidup yang kesehatan sejak usia dini. Selain itu, pengenalan perilaku kehidupan yang bersih dan sehat pada usia dini juga bermanfaat dalam membentuk perilaku kesehatan yang kuat sehingga anak bisa menjaga diri untuk tidak gampang terkena penyakit dan anak dapat tumbuh dilingkungan yang sehat.

Menurut Safitri & Harun, 2020 seorang anak yang sejak kecil telah dibiasakan dengan gaya hidup yang bersih dan sehat akan tumbuh dan berkembang dengan optimal, menyenangkan, dan mampu beradaptasi dengan kondisi lingkungan sekitar (Misbar et al., 2025). Kebiasaan hidup bersih dan sehat yang diajarkan sejak kecil dapat membantu membangun kedisiplinan dalam karakter anak, kemandirian anak, dan tanggung jawab anak. Dengan hal ini, anak akan belajar mengatur diri, mematuhi aturan kebersihan, dan anak mampu memahami pentingnya dalam meningkatkan kesehatan diri dan lingkungannya. Hal ini menjadi penting karena akan membawa kebiasaan anak hingga dewasa dan dapat mempengaruhi kualitas kehidupan mereka. Mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat bukan hanya penting di rumah, tetapi juga harus diterapkan di sekolah. Tidak hanya orang tua yang

bertanggung jawab untuk menerapkan gaya hidup sehat dan bersih, tetapi juga menjadi salah tugas guru disekolah.

Menurut Kemenkes, 2020 dalam jurnal (Puspitasari, 2022) indikator PHBS untuk anak, yang berarti anak harus rutin mencuci tangan menggunakan air bersih serta sabun, memilih makanan ringan yang sehat, berolahraga secara teratur, memanfaatkan jamban yang bersih dan higienis, menghilangkan jentik nyamuk, serta membuang sampah pada tempatnya. Meningkatkan kebiasaan hidup bersih pada anak-anak sejak dini bisa dimulai dengan menjaga kebersihan tubuh, seperti menggosok gigi dan memotong kuku. Selain itu, penting untuk membudayakan kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban bersih, membuang sampah pada tempatnya, serta menjaga kebersihan lingkungan. Salah satu cara efektif untuk memotivasi masyarakat dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia dini adalah dengan mengajarkan anak-anak untuk menjalankan kebiasaan hidup bersih dan sehat setiap hari. Perilaku hidup bersih dan sehat perlu untuk dibiasakan sejak usia dini karena pada masa pra sekolah adalah masa yang sensitif dalam membentuk kebiasaan anak tanpa menstimulasi dan melakukan pembiasaan yang tepat. Pada dasarnya anak usia 5-6 tahun belajar yang paling efektif yaitu dengan melalui pengalaman langsung, aktivitas bermain, dan rangsangan visual sehingga pembelajaran yang hanya dilakukan melalui penjelasan lisan dari guru cenderung tidak mudah dipahami oleh anak.

TK Siti Khotijah Muslimat NU adalah sebuah satuan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) yang berlokasi di desa Klampis, Kecamatan Klampis, Kabupaten Bangkalan. TK Muslimat Siti Khotijah Muslimat NU memiliki dua kelompok

belajar yaitu kelas A dan Kelas B. Kepala sekolah TK Siti Khotijah bernama ibu Suhairiyah dan ada 4 guru, kelas A guru yang mengajar yaitu ibu Muzayanah dan ibu Sukriyah, sedangkan di kelas B yang mengajar yaitu ibu Silviatul Qodrotun dan ibu Qurrotul A'yun. Pada saat peneliti membantu mengikuti pembelajaran di kelas B masih terdapat permasalahan dalam penerapan perilaku hidup yang sehat dan bersih di sekolah. Salah satunya pada waktu istirahat banyak anak yang terbiasa membuang sampah tidak pada tempatnya. Banyak anak yang setelah makan jajan dan membuang bungkus makanannya sembarangan, seperti sampah plastik jajan, kertas, sampah mainan, sedotan, yang sering ditemukan berserakan di area kelas maupun halaman sekolah. Kondisi seperti ini menunjukkan bahwa kesadaran anak tentang pentingnya Menjaga lingkungan yang bersih masih kurang dan perlu ditingkatkan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 24 September 2025 oleh peneliti di kelas B, TK Siti Khotijah Muslimat NU Klampis Timur, Bangkalan. Ditemukan bahwa terdapat sekitar 23 anak dari 32 anak masih sering membuang sampah tidak pada tempatnya, seperti meninggalkan bungkus makanan di halaman sekolah dan ruang kelas. Anak-anak juga belum terbiasa membuang sampah di tempat yang semestinya dan belum mengerti pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sekitar, anak memakan makanan yang tidak sehat, serta kurangnya media pembelajaran yang ada di sekolah. Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan guru di TK Siti Khodijah Muslimat NU Klampis, hal ini disebabkan karena Sebagian besar anak belum memiliki kebiasaan hidup bersih, terlebih dalam membuang sampah pada tempatnya.

Meskipun tempat sampah sudah ada, anak masih sering lupa dan tidak membuang sampah pada tempatnya. Hal ini juga dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran anak tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan kurangnya pembiasaan anak dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Meskipun guru telah memberikan arahan dan contoh mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, pada kenyataannya anak belum memahami tentang kebiasaan menjaga kebersihan diri dan lingkungan, beberapa anak masih sering membuang bungkus makanan sembarangan, anak sering lupa mencuci tangan sebelum makan.

Permasalahan ini juga di perkuat dengan kondisi lingkungan sekitar, yaitu di desa Klampis Timur yang dekat langsung dengan laut. Sebagian warga sekitar Klampis Timur juga masih memiliki kebiasaan membuang sampah ke laut, karena keterbatasan tempat pembuangan sampah akhir. Kebiasaan masyarakat ini secara tidak langsung juga ikut mempengaruhi perilaku anak karena anak-anak usia dini akan meniru apa yang mereka lihat di sekitar mereka. Jika kebiasaan membuang sampah sembarangan tidak diatasi sejak dini, hal ini akan berkembang menjadi perilaku kurang baik pada anak. Oleh sebab itu, penting diadakan upaya pembelajaran yang menarik dan bermakna untuk menumbuhkan kesadaran anak akan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dari usia dini.

Pada fase pertumbuhan usia dini, anak-anak umumnya lebih condong belajar melalui pengalaman secara langsung yang menarik secara visual, dan kegiatan belajarnya bersifat bermain. Anak sangat membutuhkan rangsangan nyata untuk memahami perilaku dan akan menjadi rutinitas kebiasaan anak

dalam kehidupan sehari-hari mereka. Tanpa alat bantu pembelajaran yang sesuai, anak-anak kerap kali mengalami kesulitan dalam mengaitkan instruksi dari guru dengan tindakan nyata yang perlu mereka lakukan. Inilah yang membuat perilaku hidup bersih dan sehat, seperti membuang sampah tidak pada tempatnya, tetap terjadi meskipun anak sering diingatkan. Oleh karena itu, pengembangan media bunga kebersihan sangat penting sebagai upaya untuk membantu anak dalam memahami dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara yang lebih mudah dan menyenangkan.

Media pembelajaran ini dibuat dengan desain visual yang menarik, mencakup penggunaan warna, keinteraktifan, kesederhanaan, serta penyesuaian dengan tema pembelajaran. Alat bantu ini berfungsi untuk memperlancar komunikasi antara guru dan siswa saat proses pembelajaran berlangsung. Melalui media pembelajaran proses belajar mengajarkan lebih menarik dan menyenangkan sehingga membuat anak tidak cepat bosan selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu, media ini tidak sekedar menyajikan informasi, melainkan juga dapat menstimulasi anak untuk melakukan tindakan nyata, melalui visual yang menarik juga dapat membantu anak untuk mengingat pesan tentang kebersihan dan dapat mendukung pembentukan pembiasaan karena anak belajar melalui praktik langsung yang dilakukan secara berulang.

Kata "media" adalah bentuk jamak dari kata Latin "*medius*", yang artinya "tengah". Dalam arti harfiah, "*medium*" mengacu pada sesuatu yang berfungsi sebagai pengantar atau perantara. Dapat disimpulkan, media merupakan wahana penyalur informasi belajar. Media pembelajaran merupakan sarana komunikasi yang dapat dimanfaatkan oleh guru dan siswa dalam

menyampaikan pesan pendidikan guna mencapai tujuan pembelajaran tertentu. Alat ini juga dapat menarik anak untuk lebih fokus pada pelajaran (Halifah et al., 2023). Media pembelajaran juga dapat didefinisikan sebagai pembawa informasi yang dibuat khusus untuk memenuhi tujuan pendidikan dan pembelajaran.

Cara mengatasi kendala anak belum membiasakan membuang sampah pada tempatnya untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini diperlukan sebuah media pembelajaran yang menarik, interaktif, sederhana dan bisa memotivasi anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Salah satu alternatifnya yaitu dengan menggunakan media Bunga Kebersihan yang merupakan media pembelajaran berbentuk bulat seperti bunga yang nantinya bisa diputar dan dikembangkan dengan konsep belajar sambil bermain dimana anak nantinya tidak hanya mendengarkan penjelasan dari guru tetapi anak akan terlibat langsung dalam aktivitas pembelajaran yang bermakna dan menyenangkan.

Media Bunga Kebersihan diciptakan dengan tujuan untuk mengajarkan anak-anak mengenai pentingnya menjaga kebersihan, seperti membuang sampah pada tempat yang seharusnya. Selain itu, media ini juga bertujuan untuk membantu anak-anak dalam mengenal dan mengembangkan kebiasaan hidup bersih dan sehat melalui gambar, instruksi dan aktivitas sederhana yang terdapat pada kelopak berbentuk bunga. Dalam upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat, tidak hanya cukup dengan membuang sampah di tempat yang semestinya, tetapi ada bagian kelopak bunga nantinya memuat berbagai contoh perilaku hidup bersih dan sehat, seperti membuang sampah pada

tempatnya, membersihkan mainan setelah bermain, mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, menyikat gigi, memotong kuku, dan juga mengajarkan anak tentang pembiasaan makan makanan sehat, tidak jajan sembarangan.

Pada media Bunga Kebersihan ini nantinya ada 6 kegiatan di setiap kelopaknya yang akan dilakukan anak. 6 kegiatannya yaitu pertama, eksperimen kuman takut sabun untuk mengajarkan anak agar mencuci tangan menggunakan sabun sebelum dan sesudah makan dan bermain, selain itu kegiatan ini berfungsi untuk memberikan pemahaman anak bahwa kuman tidak bisa terlihat oleh mata tetapi kita dapat menghilangkan kuman tersebut dengan mencuci tangan menggunakan sabun. Kedua, *food fun box* bertujuan untuk memberi pemahaman kepada anak-anak mengenai makanan mana yang baik untuk dimakan dan mana yang sebaiknya dihindari, kegiatan ini mengajarkan anak tentang gaya hidup sehat melalui pembiasaan pola makan yang baik dan benar sejak usia dini. Ketiga, memelihara kebersihan lingkungan: membuang sampah ke tempat yang semestinya yang berfungsi untuk menyadarkan anak tentang kebersihan lingkungan dan dampak sampah terhadap kesehatan. Ke empat, Penggunaan kamar mandi yang bersih dan sehat dapat membantu dalam memperkenalkan anak pada kebiasaan menjaga kebersihan diri, seperti mengajarkan cara membersihkan diri sendiri setelah buang air kecil maupun besar, serta cara menggunakan toilet dengan benar. Ke lima olahraga yang tertur dan terukur. Ke enam menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.

Berdasarkan uraian di atas maka pengembangan media Bunga Kebersihan sangat penting untuk membantu anak dalam memahami konsep dan

keterampilan dengan cara yang lebih menarik dan interaktif. Melalui media ini juga mengajarkan anak tentang membiasakan mencuci tangan dengan sabun, mengkonsumsi makanan sehat, menjaga kebersihan tubuh atau diri, dan membuang sampah ditempat sampah yang dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak, serta dapat meningkatkan semangat anak dalam pembiasaan perilaku positif sehingga mampu menumbuhkan sikap tanggung jawab, disiplin, peduli terhadap kebersihan diri dan lingkungan. Dengan karakteristik visual yang menarik serta kegiatan yang bervariasi, media bunga ini menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk membahas dan mengangkat skripsi dengan judul “Pengembangan Media Bunga Kebersihan untuk Menstimulasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia 5-6 Tahun”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, maka perumusan masalah dalam penelitian ini dapat dinyatakan sebagai berikut:

1. Bagaimana kelayakan media Bunga Kebersihan untuk menstimulasi perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun ?
2. bagaimana efektivitas media Bunga Kebersihan untuk menstimulasi perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun ?

1.3 Tujuan Penelitian Pengembangan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijabarkan sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kelayakan media Bunga Kebersihan untuk menstimulasi perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun.
2. Untuk mengetahui efektivitas pengembangan media Bunga Kebersihan untuk menstimulasi perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun.

1.4 Spesifikasi Produk yang diharapkan

Bedasarkan rumusan masalah dan tujuan di atas terdapat beberapa spesifikasi atau karakteristik produk media pembelajaran yang akan dibuat di antaranya sebagai berikut :

1. Media ini terbuat dari bahan kayu jati dan triplek sehingga menjadikan media ini akan kuat, kokoh, dan tahan lama
2. Media ini dirancang agar dapat menarik perhatian anak karena media ini memiliki beberapa gambar yang berwarna cerah sehingga akan menarik/meningkatkan minat mereka dan anak akan mudah memahaminya
3. Media ini berisi gambar 6 indikator PHBS dan 5 kegiatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat
4. Media berbentuk seperti bunga yang nantinya bisa di putar seperti sehingga mampu menarik minat serta perhatian anak
5. Media Bunga Kebersihan ini mempunyai ukuran yang pas digunakan untuk anak usia 5-6 tahun
6. Media Bunga Kebersihan ini mudah dibawa ke mana-mana dan memiliki QR Code yang berisi modul ajar media pembelajaran Bunga Kebersihan.

1.5 Batasan Penelitian Pengembangan

Adapun beberapa batasan dari penelitian pengembangan kali ini sebagai berikut :

1. Media ini menitikberatkan pada pengenalan beberapa macam perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini yang mengacu pada Capaian Pembelajaran (CP) PAUD pada nilai agama dan budi pekerti yaitu anak berpartisipasi aktif dalam menjaga kebersihan, kesehatan, dan keselamatan diri sebagai bentuk rasa sayang terhadap dirinya dan rasa syukur kepada Tuhan yang Maha Esa.
2. Media hanya mencakup tema Diriku dengan sub tema Menjaga Kebersihan Diri dan Lingkungan
3. Media dapat dilakukan di ruangan kelas
4. Penelitian ini hanya di uji coba dan pengambilan datanya dilakukan pada anak usia 5-6 tahun di TK Siti Khodijah Muslimat NU Klampis Timur Bangkalan.

1.6 Pentingnya Penelitian Pengembangan

Penelitian pengembangan ini sangat penting karena memiliki pengaruh besar terhadap upaya peningkatan kualitas pembelajaran anak usia dini, khususnya pada membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Adapun pentingnya penelitian pengembangan media Bunga Kebersihan adalah sebagai berikut :

1. Pengembangan media Bunga Kebersihan ini dapat memberikan inovasi bagi guru sebagai media yang kreatif dan efektif untuk meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap anak.

2. Pengembangan media Bunga Kebersihan ini diharapkan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 5-6 tahun

1.7 Definisi Istilah

a. Media Bunga Kebersihan

Media Bunga Kebersihan merupakan media pembelajaran yang dapat membantu untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak. Jadi secara sederhana Bunga kebersihan berarti media pembelajaran yang berbentuk kelopak bunga lingkaran yang bisa diputar berisi pesan tentang kebersihan diri dan lingkungan digunakan untuk membantu anak dalam belajar dan dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara yang menarik, interaktif, dan menyenangkan. Media ini terbuat dari kayu jati dan triplek yang berbentuk bundar melengkung-melengkung seperti bunga dan memiliki sanggahan batang pohon serta memiliki papan dibagian bawahnya, pada bagian kelopak bunga ini terdapat angka yang bisa diputar dan anak bisa mengambil kelopak yang ada dibelakang angka lalu anak bisa menyebutkan gambar nya dan bisa melakukan kegiatan yang sudah disediakan yang sesuai dengan kelopak yang di ambil. ada 6 kegiatan di setiap kelopaknya yang akan dilakukan anak. Antara lain kegiatannya yaitu yang pertama eksperimen kuman takut sabun merupakan kegiatan eksperimen dengan menggunakan bahan sabun cuci piring, bedak, print gambar kuman dan air, yang ke dua *food fun box*, yang ke tiga menjaga kebersihan lingkungan : membuang sampah pada tempatnya, dan ke empat menggunakan kamar mandi yang bersih dan sehat. Ke lima olahraga yang

tertutur dan terukur, ke enam menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.

b. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diartikan sebagai perilaku atau kebiasaan yang dilakukan secara sadar untuk memelihara kebersihan diri dan lingkungan. Pada masa anak usia dini dimana anak-anak cenderung mencontoh perilaku yang mereka amati di lingkungan sekitarnya. Sehubungan dengan hal tersebut, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat perlu ditanamkan semenjak masa anak usia dini. Perilaku hidup bersih dan sehat tidak hanya berkaitan dengan menjaga kebersihan tubuh/diri tetapi juga menanamkan pada anak pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sekitarnya, misalnya dengan membiasakan anak membuang sampah pada tempat yang telah disediakan, membersihkan/membereskan mainan setelah bermain, membiasakan anak mencuci tangan menggunakan sabun sebelum dan setelah makan, menyikat gigi. Memotong kuku, Selain itu juga mengajarkan anak tentang pembiasaan makan makanan sehat, tidak jajan sembarangan.

c. Anak Usia 5-6 Tahun

Anak-anak berusia 5-6 tahun berada di akhir masa kanak-kanak awal, yaitu menjelang masuk ke pendidikan dasar. Periode ini sering disebut sebagai masa prasekolah, yaitu tahap peralihan anak sebelum memasuki jenjang sekolah dasar. Anak-anak di usia ini sangat ingin tahu, aktif, dan sedang membangun keterampilan akademik, sosial, dan emosional yang penting untuk jenjang pendidikan selanjutnya.

Anak-anak antara usia 5 dan 6 tahun adalah kelompok usia yang rentan sekaligus mengalami fase perkembangan yang sangat cepat. Perkembangan anak pada tahap ini meliputi berbagai aspek, antara lain nilai agama dan moral, fisik motorik, kognitif, bahasa, serta sosial emosional. Pada tahap ini, anak berada pada fase yang dikenal sebagai *golden age*. *Golden age* merupakan masa emas dalam tahap awal kehidupan anak, yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung sangat cepat. Menurut WHO, anak usia 5–6 tahun termasuk dalam kelompok usia yang tengah berada pada masa keemasan dan memiliki perkembangan yang pesat baik secara fisik, kognitif, sosial, maupun bahasa.