

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan sebuah dambaan bagi semua manusia. Semua orang akan berlomba lomba untuk mencapai derajat tertinggi dalam mewujudkan kesehatan yang optimal. Kesehatan yang optimal datang dari diri sendiri seseorang melalui pembiasaan yang dilakukan sehari hari. Proses pembiasaan yang dilakukan sehari hari akan menjadi sebuah budaya yang dilaksanakan dalam kehidupan sehari hari tanpa adanya paksaan. Budaya hidup sehat merupakan sebuah pola pikir seseorang dalam melakukan berbagai kegiatan sehari hari yang mengutamakan konsep kesehatan dalam hidupnya (Edwita & Hasanah, 2020).

Pembiasaan budaya hidup sehat sudah menjadi hal wajib bagi semua orang dalam menjalankan kehidupan. Pembiasaan budaya hidup sehat tak lepas dari faktor faktor yang mempengaruhinya. Pemerintah setempat yang menjadi faktor utama dalam mengajak masyarakat untuk menerapkan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari hari dikarenakan pemerintahlah yang mengatur segalanya terkait kondisi yang ada dalam masyarakat. Menurut Islamiah & Ayu, (2019: 16-17) pemerintah merupakan pihak terdepan dalam melakukan pelayanan dengan berperan penting dalam menerapkan budaya hidup sehat di

masyarakat dengan cara melakukan pendataan kesehatan, melakukan edukasi dan promosi kesehatan, dan melakukan pendekatan kepada kepala desa untuk memperoleh dukungan penuh masyarakat dalam menerapkan budaya hidup sehat.

Menurut UU Nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan pasal 9 ayat 1 yang menyatakan bahwa :

“setiap warga masyarakat memiliki kewajiban untuk menciptakan, menegakkan, dan memajukan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi tingginya meliputi upaya kesehatan perseorangan, upaya kesehatan masyarakat, dan pembangunan berwawasan kesehatan”.

Penerapan budaya hidup sehat sudah lama dicanangkan oleh pemerintah baik dalam lingkungan masyarakat maupun lingkungan sekolah. Rumah merupakan salah satu sumber belajar anak dalam memperoleh informasi terkait dengan kehidupan sehari-hari. Perilaku orang tua akan mencerminkan perilaku anaknya ketika di rumah dikarenakan anak akan meniru apa yang orang tua lakukan. Anak akan gemar meniru orang tuanya dikarenakan orang tua merupakan orang yang selalu dekat dengan anak sehingga apa yang dilakukan orang tua akan ditirukan semuanya seperti perkataan dan emosional (Setyorini & Kurnaedi, 2018). Selain lingkungan rumah, lingkungan sekolah dimana tempat anak belajar juga merupakan faktor penting anak dapat menerapkan budaya hidup sehat. Sekolah merupakan lingkungan yang tepat dalam mengajarkan anak usia sekolah dasar dikarenakan dalam

masa sekolah anak berperan sebagai *agent of change* atau orang yang memiliki peran dalam mendukung dan mempromosikan hal hal baru yang dikehendaki oleh pemerintah (Hartanti et al., 2019). Menurut Badan Pusat Statistik tahun 2023, Indonesia memiliki persentase jumlah anak anak yang merupakan siswa sekolah dasar sebesar 54,95 persen atau sekitar 24 juta siswa. Jumlah siswa sekolah dasar yang banyak menjadikan sekolah dasar memiliki peran penting dalam menciptakan generasi bangsa yang yang mampu bersaing di kancah global.

Sekolah menjadi rumah kedua bagi siswa dan menjadikan apa yang dilakukan siswa di sekolah akan ditiru dan dilakukan ketika di rumah. Guru di sekolah diibaratkan seperti orang tua siswa yang akan selalu membimbing dan membina siswa pada saat di lingkungan sekolah. Guru berperan penting dalam mengajarkan dan membimbing siswa dalam membiasakan diri untuk menerapkan budaya hidup sehat di kehidupan sehari hari. Guru dapat mengajak siswa untuk melakukan pembiasaan budaya hidup sehat melalui hal hal kecil seperti membiasakan siswa untuk berbaris dengan rapi untuk melakukan cuci tangan sebelum masuk ke ruang kelas dan sebelum makan (Anisa & Ramadhan, 2021). Guru memiliki peran dalam membiasakan siswa untuk selalu mengecek kebersihan tempat belajar dengan merapikan meja dan membersihkan sampah yang ada di dalam laci meja. Dengan melalui hal hal kecil yang diterapkan guru kepada siswa maka

diharapkan dapat menjadi budaya yang dapat dilakukan terus menerus dalam diri siswa.

Budaya hidup sehat sangat penting untuk diterapkan sejak usia sekolah dasar sehingga dapat menciptakan produktifitas dan kualitas hidup yang maksimal, meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh, menjaga tubuh dari berbagai macam penyakit, dan mendorong lingkungan hidup yang berkualitas (Addin et al., 2021: 187–188). Budaya hidup sehat yang diterapkan di sekolah akan menghasilkan dampak yang positif bagi lingkungan sekolah. Dampak positif yang didapat jika budaya hidup sehat dapat diterapkan dengan baik yaitu mengurangi penyakit yang menyerang sistem pencernaan, kekurangan gizi pada siswa, penyakit yang menyerang lapisan kulit dan cacangan (Lukitoaji & Dewi, 2020). Lingkungan sekolah disisi lain akan menjadi sumber penyebaran berbagai macam penyakit jika budaya hidup sehat tidak diterapkan dengan baik maka akan berdampak buruk bagi kesehatan semua warga sekolah salah satunya siswa.

Observasi yang dilakukan di SD Negeri 3 Imogiri pada tanggal 19 Oktober 2022 menemukan bahwa penerapan budaya hidup sehat hanya dilakukan menggunakan poster berisi tulisan ajakan kepada siswa. Berdasarkan hasil observasi penggunaan poster seringkali hanya dibuat untuk pajangan semata dan tidak begitu diperhatikan siswa karena peletakannya yang hanya di beberapa tempat. Penggunaan poster hanya semata mata sebagai hiasan sebuah tempat dan makna

yang disampaikan dalam poster tersebut tidak dipahami oleh sebagian siswa. Menurut Edwita & Hasanah, (2020: 41) pesan yang disampaikan dalam penerpaan budaya hidup sehat hanyalah sebuah tulisan dan belum menginspirasi siswa sepenuhnya. Sebagian poster berisi mengenai motivasi dalam belajar seperti “Mereka bisa, aku pasti bisa”, “Buku adalah jendela dunia”, “Bacalah buku, buka masa depanmu”. Poster yang berkaitan mengenai materi budaya hidup sehat hanya berisi larangan mengenai tidak boleh merokok di sekolah, etika batuk dan bersin, larangan untuk tidak boleh meludah sembarangan, dan anjuran untuk menggosok gigi. Hal ini menjadikan penerapan budaya hidup sehat di lingkungan sekolah kurang maksimal dengan kurangnya motivasi terhadap pembiasaan budaya hidup sehat.

Wawancara yang dilakukan di SD Negeri 3 Imogiri pada tanggal 19 Oktober 2022 oleh narasumber guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) Ibu Sriningsih, S.Pd.Jas mengenai budaya hidup sehat menemukan bahwa penerapan budaya hidup sehat di SD Negeri 3 Imogiri belum sepenuhnya maksimal. Pembiasaan budaya hidup sehat di lingkungan sekolah hanya membiasakan siswa untuk selalu mencuci tangan sebelum memasuki ruang kelas, mengecek kondisi kuku setiap siswa setiap minggunya dan membiasakan untuk membuang sampah pada tempatnya. Namun dalam penerapannya masih banyak siswa yang belum melakukan pembiasaan mencuci

tangan dengan benar dan membuang sampah di tempatnya jika tidak ditegur oleh guru dan belum memotong kuku yang sudah panjang.

Pembiasaan budaya hidup sehat di SD Negeri 3 Imogiri juga menerapkan sistem piket kebersihan harian yang dilakukan siswa secara bergantian setiap harinya. Namun kegiatan piket kebersihan harian belum sepenuhnya berjalan lancar jika tidak ditunggu oleh guru. Siswa akan cenderung untuk melakukan piket kebersihan dengan tergesa gesa untuk cepat selesai walaupun keadaan kelas masih kotor. SD Negeri 3 Imogiri juga membiasakan budaya hidup sehat dengan selama masih dalam jam sekolah, siswa dilarang untuk membeli makanan di luar sekolah dan hanya diwajibkan untuk membeli makanan di dalam kantin sekolah dikarenakan dikhawatirkan siswa membeli makanan yang tidak sehat. Namun pada kenyataannya, siswa setelah pulang sekolah sudah lepas dari pengawasan guru yang mengakibatkan siswa masih bisa membeli makanan yang ada di luar sekolah. Selain itu, kondisi kantin yang ada di SD 3 Imogiri juga belum sepenuhnya menjual makanan yang sehat bagi siswa. Pihak kantin sekolah masih menjual makanan yang ringan yang mengandung banyak bahan pengawet walaupun sebelumnya sudah diperingatkan oleh guru untuk tidak menjual makanan ringan namun masih ada saja makanan ringan yang mengandung pengawet yang dijual di kantin sekolah.

Keterbatasan guru dalam membiasakan budaya hidup sehat dalam pembelajaran juga merupakan faktor yang mempengaruhi belum

maksimalnya penerapan budaya hidup sehat di sekolah. Materi budaya hidup sehat merupakan sub materi teori dari muatan pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK didominasi oleh kegiatan praktik secara langsung di luar kelas yang berdampak pada penerapan materi teori seperti budaya hidup sehat sulit dilaksanakan di kelas. Pembelajaran budaya hidup sehat hanya dilakukan pada saat kondisi lingkungan tidak memungkinkan untuk melakukan kegiatan praktik seperti hujan dan mau tidak mau harus melakukan pembelajaran teori di kelas. Hal ini yang menjadikan pembelajaran teori dalam muatan pelajaran PJOK sulit diterapkan dikarenakan siswa memiliki kemauan untuk belajar praktik secara langsung.

Pembelajaran PJOK yang dilakukan di kelas harus dirancang dengan menarik agar siswa tidak merasa bosan dalam proses pembelajaran. Penggunaan media pembelajaran dalam pembelajaran dapat membantu guru dalam melaksanakan pembelajaran teori PJOK di kelas dengan menarik dan interaktif. Guru harus memberikan inovasi dalam pembelajaran untuk membiasakan budaya hidup sehat terlaksana dalam diri siswa dengan menggunakan berbagai media yang menarik bagi siswa agar pembiasaan budaya hidup sehat dapat dipahami dengan baik (Edwita & Hasanah, 2020). Kesimpulan dari wawancara yang dilakukan oleh guru PJOK SD Negeri 3 Imogiri menemukan bahwa belum maksimalnya media yang digunakan dalam penerapan budaya

hidup sehat di sekolah yang mengakibatkan sulit terlaksananya pembelajaran budaya hidup sehat di SD 3 Imogiri. Menurut Rejeki (2020: 338) penggunaan media pembelajaran mempunyai peran penting dalam pembelajaran untuk membantu siswa dalam memahami materi dikarenakan dalam penggunaan media pembelajaran akan menimbulkan rangsangan berbagai panca indera.

Inovasi dalam media untuk mengajarkan siswa dalam mempelajari suatu hal sudah banyak dilakukan. *Movable book* menjadi salah satu inovasi dalam mengajarkan siswa untuk mempelajari suatu hal yang menarik dan mudah dipahami. *Movable book* banyak dikenal orang dengan nama *pop up book* dan *lift the flap book*, namun pada kenyataannya *pop up book* dan *lift the flap book* merupakan suatu himpunan yang terdapat dalam *movable book* (Syafutri & Soeharto, 2018). *Movable book* memiliki unsur tiga dimensi yang dapat menumbuhkan interaksi dalam diri siswa. *Movable book* dapat dikatakan membentuk interaksi siswa dikarenakan dalam buku tersebut memiliki unsur mekanisme yang mengharuskan siswa untuk mengoperasikan elemen elemen yang terdapat dalam buku untuk mengetahui informasi yang ada seperti menggeser, membuka, membalik, atau menarik bagian yang terdapat dalam buku (Syafutri & Soeharto, 2018). Unsur mekanisme yang terdapat dalam *movable book* menjadikan siswa dapat mengamati dan mempelajari isi buku dengan mudah. *Movable book* yang dikembangkan memiliki kebaharuan dalam

pengembangan yaitu menyampaikan isi materi mengenai budaya hidup sehat di sekolah dasar dengan *story telling* atau metode bercerita yang sesuai dengan kebiasaan siswa sekolah dasar sehingga siswa dapat memahami materi budaya hidup sehat yang disajikan. *Movable book* yang dikembangkan memiliki unsur mekanik dalam penyampaian materi seperti membuka, menutup, membalik, menggeser, dan menarik sehingga siswa perlu berinteraksi lebih terhadap media *movable book*.

Movable book memiliki beberapa manfaat yang dapat diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar. Manfaat yang di dapat dalam penggunaan *movable book* dalam pembelajaran budaya hidup sehat diantaranya 1) memberikan keleluasaan dalam menguraikan suatu fenomena, 2) menyediakan proses pembelajaran yang menarik pada siswa usia dasar, 3) menggambarkan keadaan lingkungan sekitar siswa, 4) memberikan pengalaman belajar yang memiliki kesan baik dalam diri siswa Syafutri & Soeharto (2018: 24–27). *Movable book* juga dapat memberikan pengalaman yang berkesan kepada diri siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Syafutri & Soeharto (2018) dimana *movable book* memiliki manfaat untuk siswa dalam pembelajaran yaitu 1) membuat siswa aktif pada saat pembelajaran berlangsung, 2) siswa dapat mudah membaca materi yang terdapat dalam buku, 3) menciptakan kesenangan siswa pada saat pembelajaran, 4) siswa tertarik untuk memiliki buku *movable book* untuk dipelajari.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka penerapan budaya hidup sehat dapat diajarkan kepada siswa menggunakan *movable book* yang dimana buku ini memiliki karakteristik untuk membangun interaksi terhadap siswa agar informasi yang terdapat dalam buku dapat dipahami dengan mudah oleh siswa. Pengembangan *movable book* interaktif budaya hidup sehat diharapkan siswa dapat memahami dan membiasakan budaya hidup sehat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut.

1. Pembelajaran budaya hidup sehat belum maksimal dan kurang efektif.
2. Pembelajaran budaya hidup sehat hanya dilakukan pada saat Pembelajaran PJOK dengan kondisi cuaca yang tidak memungkinkan untuk melakukan pembelajaran di luar kelas.
3. Sumber informasi tentang pembiasaan budaya hidup sehat kurang efektif, hal tersebut dibuktikan dengan pembiasaan budaya hidup sehat hanya melalui poster di suatu tempat.
4. Penyampaian materi budaya hidup sehat belum menyeluruh menggunakan media poster.
5. Siswa belum memahami materi budaya hidup sehat, dibuktikan dengan belum terlaksananya secara maksimal pembiasaan budaya hidup sehat di lingkungan sekolah.

6. Media pembelajaran yang belum tersedia pada materi budaya hidup sehat, sehingga pemahaman siswa terhadap materi belum maksimal.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian dapat fokus dan terarah serta pembahasan tidak terlalu luas, maka perlu dilakukan pembatasan masalah. Pembatasan yang dilakukan yaitu belum adanya pengembangan media pembelajaran yang digunakan dalam materi budaya hidup sehat kelas IV sekolah dasar.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah yang ada yaitu sebagai berikut.

1. Bagaimana tahapan pengembangan media *movable book* interaktif budaya hidup sehat bagi siswa kelas IV sekolah dasar?
2. Bagaimana kualitas dan kelayakan media *movable book* interaktif budaya hidup sehat bagi kelas IV sekolah dasar?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, tujuan yang ingin diketahui yaitu sebagai berikut.

1. Untuk mendeskripsikan tahapan pengembangan media *movable book* interaktif budaya hidup sehat bagi siswa kelas IV sekolah dasar.

2. Untuk menganalisis kualitas dan kelayakan media *movable book* interaktif budaya hidup sehat bagi siswa kelas IV sekolah dasar.

F. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan

Spesifikasi produk yang dikembangkan dari penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut.

1. Merupakan bahan ajar berbentuk media *movable book* yang berisi materi budaya hidup sehat pada kelas IV Sekolah Dasar.
2. Media *movable book* memiliki ukuran yaitu 30 x 25 cm dengan tebal 260 gram dengan laminasi *doff* anti air.
3. Kertas yang digunakan menggunakan kertas *ivory*.
4. Menu materi dibuat dengan interaktif yang mengharuskan siswa untuk membuka, menarik, menggeser, dan membalik kertas agar dapat mengetahui materi yang disajikan.
5. Media *movable book* berisi: *cover*, capaian pembelajaran, tujuan pembelajaran, materi budaya hidup sehat, *story telling* tentang budaya hidup sehat, evaluasi materi, daftar pustaka.
6. Media *movable book* dibuat dengan gambar yang terdapat materi berbentuk tiga dimensi atau muncul saat bagian halaman dibuka.
7. Media *movable book* dibuat untuk mempermudah siswa memahami budaya hidup sehat.

G. Manfaat Pengembangan

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari hasil penelitian ini yaitu sebagai salah satu referensi untuk membiasakan budaya hidup sehat bagi kelas IV sekolah dasar menggunakan media *movable book*.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi siswa

- 1) Sebagai media pembantu siswa memahami materi budaya hidup sehat di kelas IV sekolah dasar.
- 2) Sebagai media pembantu siswa membiasakan budaya hidup sehat di kelas IV sekolah dasar.

b. Manfaat bagi guru

- 1) Sebagai media pembantu guru untuk memperluas wawasan mengenai media pembelajaran.
- 2) Sebagai alat bantu atau pendukung untuk mengenalkan budaya hidup sehat.
- 3) Sebagai alat pembantu dalam proses pembelajaran budaya hidup sehat.

c. Manfaat bagi sekolah

- 1) Sebagai sarana untuk memotivasi guru agar dapat mengembangkan media pembelajaran yang dapat dipahami oleh siswa.

- 2) Sebagai sarana untuk menciptakan siswa yang memiliki kepedulian terhadap budaya hidup sehat di lingkungan sekolah.
- d. Manfaat bagi peneliti
- Penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti untuk menambah wawasan dan mengembangkan media pembelajaran di sekolah dasar.

H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

1. Asumsi Pengembangan

Dalam penelitian ini, media *movable book* interaktif budaya hidup sehat dikembangkan dengan adanya beberapa asumsi, yaitu :

- a) Media *movable book* interaktif budaya hidup sehat dapat menjadi media pembelajaran dalam mengenal budaya hidup sehat di lingkungan sekolah.
- b) Media *movable book* interaktif budaya hidup sehat dapat menjadi media pembelajaran dalam membiasakan budaya hidup sehat di lingkungan sekolah.
- c) Dalam penggunaan media *movable book* interaktif budaya hidup sehat siswa dapat mempelajari materi dengan lebih menyenangkan.

2. Keterbatasan

Dalam pengembangan media *movable book* interaktif budaya hidup sehat ini terdapat beberapa keterbatasan, yaitu.

- a) Keterbatasan materi hanya pada materi budaya hidup sehat di kelas IV Sekolah Dasar.
- b) Pengembangan media hanya pada tahap uji lapangan dan tidak sampai tahap produksi massal.