

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan adalah salah satu bentuk nikmat yang diberikan kepada manusia oleh Tuhan Yang Maha Esa agar manusia dapat melaksanakan tanggung jawabnya di dunia baik tanggung jawab secara duniawi, maupun tanggung jawab secara akhirat. Nikmat kesehatan terkadang sering kita abaikan dan lupakan. Padahal dengan kesehatan kita dapat melakukan kegiatan apapun yang kita sukai, kita dapat mengonsumsi apapun yang kita mau tanpa takut adanya batasan dari segi medis. Umumnya nikmat kesehatan ini baru kita sadari pada saat kesehatan tersebut telah pergi meninggalkan raga kita dan membuat raga yang ditinggalkannya tidak memiliki daya untuk melakukan kegiatan yang biasanya dapat dilakukan.

Pentingnya membiasakan hidup sehat sebaiknya kita lakukan agar nikmat ini dapat terus kita rasakan. Untuk membangun sikap atau perilaku hidup sehat, tidak dapat dengan serta merta kita lakukan begitu saja karena untuk menjaga kesehatan, hal ini biasanya terkait dengan kebiasaan ataupun pola hidup seseorang. Kebiasaan melakukan pola hidup yang tidak sehat akan memiliki dampak yang buruk terhadap kondisi kesehatan seseorang dan untuk merubah hal ini akan sedikit sulit karena merubah kebiasaan hidup adalah salah satu hal yang hanya dapat dilaksanakan dengan cara menggantinya dengan pola hidup yang lain dan biasanya akan memerlukan waktu yang relatif lama.

Banyak keuntungan yang dapat kita peroleh melalui kebiasaan hidup sehat seperti, jauh dari penyakit, kondisi fisik yang selalu berada dalam kondisi prima, dapat melakukan aktifitas kerja/belajar secara maksimal, terbebas dari biaya obat dan rumah sakit, dan masih banyak lagi keuntungan-keuntungan lainnya dari melakukan kebiasaan hidup sehat. Sebaliknya apabila kita jauh dari kebiasaan hidup sehat, maka banyak kerugian yang akan kita dapatkan seperti, mudah terserang berbagai macam jenis penyakit, tidak dapat melakukan aktifitas kerja/belajar secara maksimal, kondisi fisik yang tidak pernah dalam kondisi optimal, dan masih banyak lagi kerugian-kerugian yang akan kita dapatkan.

Kebiasaan berperilaku hidup tidak sehat pada orang dewasa akan sulit ditinggalkan karena umumnya kebiasaan tersebut telah terbentuk berdasarkan kegiatan yang dilakukan selama bertahun-tahun. Sehingga untuk mengganti kebiasaan tersebut akan memakan waktu yang relatif lama. Oleh karena itu pembiasaan hidup sehat sebaiknya kita tanamkan pada anak-anak sejak usia dini agar nantinya pada saat anak tersebut telah beranjak dewasa, kebiasaan hidup sehat ini akan tetap terbawa dan melekat di dalam diri anak tersebut.

Banyak kegiatan yang dapat dilakukan berkaitan dengan pembiasaan hidup sehat seperti menjaga kebersihan, pola makan yang teratur, pola tidur yang terjaga, aktif melakukan olah raga, cuci tangan sebelum dan sesudah makan, mandi minimal dua kali sehari, dan masih banyak lagi. Kegiatan-kegiatan ini dapat diterapkan di lingkungan di mana anak tersebut berada baik di lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, maupun di lingkungan sekolah.

Hal yang paling mudah untuk dilakukan untuk menerapkan pola hidup sehat pada anak adalah di lingkungan sekolah. Hal ini karena pada saat pengajaran tentang pembiasaan hidup sehat, anak-anak akan melakukannya bersama teman-temannya dan mereka akan lebih mudah termotivasi untuk melaksanakan kegiatan yang di sampaikan oleh tenaga pendidik yang berada di sekolah mereka. Pengajaran tentang pola hidup sehat kepada anak juga sudah diatur di dalam Putusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam nomor: 3489 Tahun 2016 Tentang Kurikulum Raudhatul Athfal. Di dalam buku ini tercantum tentang pelaksanaan pembiasaan hidup sehat dan yang isinya adalah:

” Sikap hidup sehat tercermin dari kebiasaan anak makan-makanan bergizi seimbang, merawat kebersihan diri seperti; mencuci tangan, menggosok gigi, mandi, berpakaian bersih, menjaga kebersihan lingkungan seperti; membuang sampah, menyayangi tanaman, menjaga keselamatan diri seperti; melindungi diri dari percobaan kekerasan menghindari diri dari tempat yang berbahaya”.

Selain memberikan contoh kegiatan yang mencerminkan kebiasaan hidup sehat, dalam putusan ini juga tertuang hal-hal yang sebaiknya dilakukan oleh tenaga pengajar untuk melakukan kegiatan tersebut, hal-hal yang sebaiknya dilakukan oleh tenaga pengajar yang tertuang di dalam Putusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam nomor: 3489 Tahun 2016 Tentang Kurikulum Raudhatul Athfal, adalah sebagai berikut:

“Upaya yang dapat dilakukan guru diantaranya: (1) mengenalkan dan membiasakan anak makan makanan bergizi seimbang, (2) mencuci tangan yang benar, (3) menggosok gigi, (4) mandi, (5) berpakaian bersih, (6) membuang sampah, (7) menyayangi tanaman, (8) melindungi diri dari percobaan kekerasan, (9) menjaga keamanan diri dari orang, tempat, dan benda berbahaya¹.

Berdasarkan putusan di atas, guru memiliki gambaran tentang materi pengajaran apa saja yang harus dilakukan untuk memenuhi kompetensi ini. Sehingga dalam pelaksanaannya guru akan lebih mudah dalam memilih metode atau media yang akan digunakan untuk meningkatkan kompetensi terkait dengan pembiasaan hidup sehat.

Metode adalah cara menyapaikan/mentransfer ilmu yang tepat sesuai dengan anak usia TK sehingga menghasilkan pemahaman yang maksimal bagi anak didik. Metode merupakan bagian dari strategi pembelajaran untuk mencapai tujuan. Banyak metode-metode pembelajaran yang diusulkan oleh para ahli untuk meningkatkan kompetensi anak. Sujiono, menuliskan beberapa metode yang dapat digunakan untuk mengembangkan kognitif anak TK, adapun metode-metode yang dimaksud adalah seperti, (1) Bermain, (2) Pemberian tugas, (3) Demonstrasi, (4) Tanya Jawab, (5) Mengucapkan syair, (6) Percobaan/eksperimen, (7) Bercerita, (8) Karyawisata, dan yang terakhir adalah (9) Dramatisasi².

Di dalam Putusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam nomor: 3489 Tahun 2016 Tentang Kurikulum Raudhatul Athfal yang dimaksud dengan metode pembelajaran adalah “cara yang digunakan pendidik dalam melakukan kegiatan pembelajaran kepada anak untuk mencapai kompetensi tertentu. Metode pembelajaran harus dirancang dalam kegiatan bermain yang bermakna dan menyenangkan bagi anak”. Beberapa metode pembelajaran yang dianggap sesuai untuk PAUD adalah sebagai berikut; (1) Bercerita, (2) demonstrasi, (3) Bercakap-cakap, (4) Pemberian tugas, (5) sosio drama/ bermain peran, (6) Karyawisata, (7) Proyek, (8) eksperimen³.

Para peserta didik RA umumnya berada pada kisaran umur 3-6 tahun dimana pada rentang umur seperti ini mereka cenderung melakukan suatu kegiatan berdasarkan apa yang mereka lihat dan apa yang mereka dengar yang kemudian mereka akan mencoba menirukan dan memperaktekannya di

¹ Putusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam nomor: 3489 Tahun 2016 Tentang Kurikulum Raudhatul Athfal. Hlm 14.

² Sujiono, Y.A. 2009. Metode Pengembangan Kognitif. Jakarta: Universitas Terbuka. Hlm 7.3.

³ Putusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam. *Op. Cit.* Hlm 65.

kehidupan sehari-hari hal ini disebut dengan teori imitasi.⁴ Salah satu metode yang dapat mengimplementasikan teori ini adalah dengan menggunakan metode *Roll Play* atau bermain peran.

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa menanamkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada siswa sangatlah penting dilakukan agar dapat membentuk karakter anak yang sehat dan berguna saat anak tersebut dewasa kelak. Akan tetapi untuk mengajarkan materi ini, terdapat kesulitan tersendiri di dalam penerapannya khususnya di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.

Salah satu bentuk pengajaran pembiasaan hidup sehat yang dilakukan di di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara dengan mengajarkan anak mencuci tangan sebelum makan, memakan makanan yang sehat, tidak jajan sembarangan, melakukan olahraga dengan rutin, menjaga kesehatan mata, dan masih banyak lagi. Akan tetapi masih saja ditemukan anak yang melakukan kegiatan yang berlawanan dengan apa yang disampaikan oleh pengajar sebelumnya. Anak masih kerap lupa mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, anak masih suka jajan sembarangan, anak tidak mengonsumsi makanan-makanan sehat, dan masih banyak lagi.

Beberapa metode dan pendekatan telah dilakukan kepada anak untuk mengatasi hal ini, akan tetapi hasil yang diperoleh tidak menunjukkan adanya perubahan signifikan. Oleh karena itu diperlukan pendekatan yang baru serta metode pengajaran yang tepat guna untuk menerapkan perilaku hidup sehat pada anak di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.

Banyak pembelajaran yang dapat diperoleh melalui bermain peran. Khasanah menyatakan bahwa "Dalam penerapan metode bermain peran yang dilaksanakan dalam dua siklus terjadi peningkatan rasa percaya diri pada peserta didik yang signifikan"⁵. Astuti menambahkan "selama kegiatan pembelajaran dengan menggunakan metode bermain peran (*roll playing*), terjadi aktivitas belajar

⁴ Maspupah. 2011. Pengaruh tayangan kartun animasi ipin dan upin di media nusantara citra televisi terhadap penggunaan kosa kata murid Raudhatul Athfal Al-Bariyyah Keramat Jati Jakarta. Skripsi. Fakultas Ilmu Dakwah. UIN Syarif Hidayatullah. Hlm. 29.

⁵ Khasanah, U.A. 2014. Upaya menumbuhkan rasa percaya diri dengan metode bermain peran pada kelompok B di RA Muslimat NU Kemiren Srumbung Magelang. Skripsi. Hlm.81.

yang positif. Hal ini terlihat dari munculnya perilaku positif peserta didik pada partisipasi, taat aturan, serta tanggung jawab yang tinggi”⁶.

Sedangkan menurut Sujiono metode bermain peran adalah “cara memahami sesuatu melalui peran-peran yang dilakukan oleh tokoh atau benda-benda di sekitar anak, sehingga anak dapat memahami sesuatu sambil berimajinasi, anak memerankan tokoh sesuai dengan pilihannya berdasarkan minat. Di dalam metode ini anak dituntut untuk menggunakan tubuhnya menyesuaikan dengan perannya, bagaimana ia harus berekspresi, termasuk juga gerakan tangan.

Metode *Roll Play* adalah suatu cara penguasaan bahan-bahan pelajaran melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan peserta didik. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan peserta didik dengan memerankan sebagai tokoh hidup atau benda mati. Permainan ini pada umumnya dilakukan lebih dari satu orang tergantung kepada apa yang diperankan⁷.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka diharapkan dengan menggunakan metode *Roll Play* ini juga mendapatkan hasil positif dalam upaya meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi seputar pengembangan karakter sopan santun di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara adalah:

1. Kurang terlihatnya perilaku peserta didik yang mencerminkan pembiasaan perilaku hidup sehat di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.
2. Kurang efektifnya metode yang digunakan oleh tenaga pengajar untuk menanamkan pada anak tentang materi pembiasaan hidup sehat di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.
3. Kesadaran peserta didik yang masih kurang terlihat dalam hal pembiasaan hidup sehat di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.

⁶ Astuti, S. 2014. Upaya meningkatkan kemampuan mengenal konsep pengurangan melalui metode bermain peran (*roll playing*) peserta didik kelompok B RA Muslimat NU Adikarto III Muntlan Magelang. Skripsi. Hlm.72.

⁷ Lafiati. 2014. Upaya meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat dengan metode *Roll Play* pada kelompok b RA Muslimat Nu Jogomulyo I Tempuran Magelang. Hlm 11.

C. Rumusan Masalah

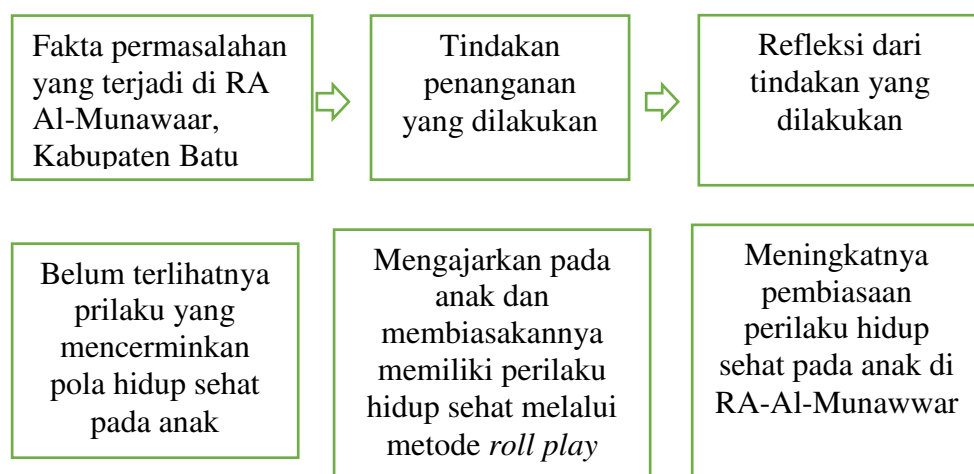
Berdasarkan apa yang telah dibahas serta identifikasi terhadap masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah; ”Apakah dengan menggunakan metode *roll play* dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada peserta didik di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara?”

D. Cara Pemecahan Masalah

Disetiap lini kehidupan pasti terdapat masalah yang menghadang tidak tertutup kemungkinan permasalahan juga muncul di dunia pendidikan khususnya pada tingkat sekolah Raudhatul Athfal (RA). Dalam upaya untuk mengatasi permasalahan yang muncul seperti apa yang dipaparkan di atas, adapun upaya peneliti untuk memecahan masalah yang ditemukan dalam pembelajaran dan sebagai upaya untuk meningkatkan karakter sopan santun di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara adalah dengan cara melakukan kegiatan pembelajaran dengan menggunakan metode *Roll play* dengan tujuan agar dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak. Hal ini dilakukan agar anak memahami apa-apa saja yang termasuk ke dalam katagori perilaku hidup sehat dan dapat menerapkannya langsung melalui media peran.

Melalui proses pembelajaran melalui metode pembelajaran bermain peran atau *roll play* diharapkan dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak. Adapun kerangka pemecahan masalah dalam penelitian ini, sebagaimana terlihat pada gambar berikut:

Diagram 1.
Kerangka Pemecahan Masalah dalam Penelitian Tindakan Kelas



E. Hipotesis Tindakan

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: “Melalui pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran bermain peran atau *roll play* diharapkan dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah “Untuk meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada peserta didik dengan menggunakan metode pembelajaran bermain peran *roll play* di sekolah RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara. Permainan peran atau kegiatan *roll playing* yang dilakukan oleh peserta didik, diharapkan dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada peserta didik dikehidupan sehari-hari.

G. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian yang dilakukan diharapkan akan dapat bermanfaat sebagai salah satu sumbangan pikiran dan masukan kepada masyarakat, terutama:

1. Bagi anak didik akan termotivasi dalam pembelajaran mengenai perilaku hidup sehat.
2. Bagi guru, dapat menjadi salah satu referensi metode pembelajaran baru yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak, khususnya pada tingkat RA.
3. Bagi sekolah dapat menjadi bahan masukan dalam menjalin kerjasama dengan para guru dan sebagai materi untuk meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat.
4. Bagi peneliti merupakan bahan masukan untuk lebih memahami tentang pembelajaran yang efektif, sehingga mampu memilih model pembelajaran yang tepat khususnya dalam penanganan upaya pembiasaan perilaku hidup sehat khususnya pada tingkat RA.

BAB II

KAJIAN TEORETIS

A. Pembiasaan Perilaku Hidup Sehat

1. Pentingnya Hidup Sehat

Kesehatan adalah sebuah karunia dan nikmat yang diberikan oleh Tuhan Yang Maha Esa kepada umatnya agar dapat melakukan kegiatan ataupun aktifitas yang bermanfaat bagi kehidupan di dunia maupun di akhirat. Akan tetapi hal-hal yang berkaitan dengan menjaga kesehatan sering terlupa dan diabaikan oleh kita dan umumnya kita baru menyadari pentingnya kesehatan tersebut disaat kesehatan itu sudah tidak dimiliki lagi.

Dalam kehidupan modern saat ini, banyak cara yang ditempuh oleh setiap individu untuk menjaga kesehatan tubuh. Sesuai saran ahli gizi, berbagai macam menu makanan diolah, disajikan, dan dikonsumsi untuk mencapai kesehatan optimal⁸.

Akan tetapi perilaku hidup sehat ini belum di terapkan secara merata di kalangan masyarakat. Hal ini mungkin dikarenakan karena masih kurangnya penyuluhan yang dilakukan oleh pemerintah kepada masyarakat. Pratiwi menyatakan bahwa untuk menanamkan perilaku hidup sehat, pemerintah perlu menyelenggarakan promosi kesehatan tentang arti pentingnya olahraga bagi kesehatan dan kebugaran tubuh pada promosi kesehatan⁹.

Wartsongko menyatakan bahwa berdasarkan hasil pengamatan selama menangani pasien dengan berbagai keluhan kesehatan dapat disimpulkan bahwa keluhan kesehatan terutama disebabkan oleh gaya/pola hidup, yaitu pola pikir, pola makanan dan minuman, pola gerak/aktifitas, kelenturan otot/olahraga, dan pakaian¹⁰.

Pola/ gaya hidup tidak terbentuk dalam waktu yang sebentar bahkan cenderung terbentuk dalam waktu yang relatif lama hal ini pun baru bisa terjadi bila gaya hidup tersebut telah dilakukan dan menjadi pembiasaan pada individu

⁸ Ratnasari, Anne. 2005. Komunikasi kesehatan: Penyebaran Informasi Gaya Hidup Sehat. Jurnal Komunikasi Kesehatan. 9: 2.

⁹ Pratiwi, A.S. 2009. Penilaian Promosi Kesehatan serta pola hidup sehat tenaga kerja hsm dan pp3 p.t. Krakatau steel sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan tenaga kerja

¹⁰ Wratsongko, Madyo. 2004. Pedoman sehat tanpa obat. Jakarta: elex media komputindo. Hlm 5.

tersebut. Berdasarkan pandangan Freudian disebutkan bahwa pengalaman di masa kecil memberikan landasan pada perkembangan kepribadian seseorang di masa dewasa.¹¹

Berdasarkan uraian diketahui bahwa gaya/pola hidup, yaitu pola pikir, pola makanan dan minuman, pola gerak/aktifitas, kelenturan otot/olahraga, dan pakaian sangat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang dan menanamkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak usia dini sangatlah penting untuk membentuk kepribadii anak tersebut di masa dewasa nanti.

2. Perilaku Hidup Sehat

Perilaku hidup sehat dapat dicerminkan dari aktifitas serta tindakan yang dilakukan oleh suatu individu. Prilaku sangatlah berpengaruh terhadap kesehatan kita. Berprilaku buruk, terutama tidak bisa menjaga pancaindra, dapat mendatangkan penyakit. Demikian pula prilaku pergaulan bebas, seperti mengkonsumsi obat-obatan terlarang/narkoba akan mematikan sistem syaraf sehingga dapat mengakibatkan tidak adanya rasa malu dan suka bertindak di luar kontrol.

Penyakit-penyakit yang timbul karena berprilaku tidak baik biasanya sulit disembuhkan atau memakan waktu lama dalam terapi secara fisik, terapi secara mental juga diperlukan. Seperti yang disampaikan ahli sebelumnya terdapat beberapa pola hidup yang dapat mengganggu kesehatan. Adapun bentuk pola hidup yang dapat mempengaruhi kesehatan menurut Wratsongko adalah:

- a. Pola pikir
Cara menjaga pikiran antara lain ialah dengan selalu berfikir positif, yaitu berfikiran yang tidak bertentangan dengan norma-norma kehidupan dan usahakan untuk mengabaikan apa-apa yang dapat memicu timbulnya pikiran negatif. Selalu berfikir positif, kapanpun dan dimanapun serta dalam kondisi apapun.
- b. Pola Makan dan minum
Cara menjaga pola makan dan minum adalah dengan caara menghindari mengkonsumsi secara rutin makanan/minuman olahan atau makanan berpengawet, seperti sosis, baso, dan makanan kaleng. Perbanyak makan sayuran, buah-buahan yang banyak mengandung vitamin. Selain itu, dianjurkan juga untuk banyak minum air putih.
- c. Pola berperilaku
Cara untuk menjaga prilaku yang sehat adalah dengan melakukan kegiatan atau aktivitas yang tidak membahayakan diri sendiri baik secara

¹¹ Satiadarma, M.P. 2002. Pura-pura sakit untuk mencari simpati. Jakarta: Pustaka Populer Obor. Hlm. 35.

langsung maupun tidak langsung seperti, mendengarkan musik terlalu keras, bermain kejar-kejaran dengan teman tanpa diawasi orang yang lebih tua, dan masih banyak lagi

d. Pola berolahraga

Salah satu kegiatan yang mencerminkan perilaku hidup sehat adalah dengan melakukan kegiatan berolahraga. Dengan berolah raga kita dapat menggerakkan tubuh dan otot kita secara optimal. Dan kegiatan ini tentunya akan meningkatkan kesehatan pada diri kita.

e. Pola berpakaian

Pola atau cara berpakaian ternyata juga memiliki dampak terhadap kesehatan tubuh dari pengguna pakaian tersebut mengenakan pakaian yang telah kotor atau belum dicuci akan meningkatkan resiko terkena penyakit, demikian pula dengan mengenakan pakaian yang terlalu ketat. Mengenakan pakaian yang terlalu ketat dapat menyebabkan terhambatnya aliran darah sehingga mengganggu sistem peredaran darah yang ada di tubuh kita¹².

Dalam Keputusan Direktur Jendral Pendidikan Islam no 3489 disebutkan bahwa sikap/pola hidup sehat tercermin dari hal hal seperti:

a. Kebiasaan Merawat Kebersihan Diri

Yang dimaksud dengan merawat kebersihan diri adalah menjaga kebersihan yang bersifat pribadi serta memiliki manfaat secara pribadi pula, contoh tindakan yang mencerminkan perilaku merawat kebersihan diri adalah seperti

- 1) Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan
- 2) Menggosok gigi
- 3) Mandi sehari dua kali

b. Pola Hidup Sehat di Lingkungan Sekitar

Yang dimaksud dengan menjaga pola hidup sehat di lingkungan adalah semua kegiatan yang dilakukan dengan sebuah upaya yang dilakukan untuk menerapkan pola hidup sehat agar susana lingkungan disekitar kita menjadi bersih dan terbebas dari sampah dan penyakit serta menjauhkan diri kita dari berbagai macam penyakit. Secara umum, lingkungan dapat dibagi menjadi 3 bagian, yakni:

¹² Wratsongko, Madyo. 2004. *Op. Cit.* Hlm 6.

1) Lingkungan Rumah

Pola hidup sehat yang dapat diterapkan di lingkungan rumah adalah, memilih makanan dan minuman yang sehat dan menjaga kebersihan lingkungan rumah. Menjaga kebersihan lingkungan rumah dapat tercermin melalui kegiatan seperti; merapikan tempat tidur, menggunakan pakaian yang bersih, menyapu rumah dan halaman, dan lain-lain.

2) Lingkungan Masyarakat

Prilaku yang mencerminkan pola hidup sehat di masyarakat dapat dilakukan dengan cara seperti; membuang sampah pada tempatnya, tidak membakar sampah, memungut sampah yang ditemui di jalan, menyayangi hewan dan tanaman, dan masih banyak lagi.

3) Lingkungan Sekolah

Prilaku yang mencerminkan pola hidup sehat di lingkungan sekolah dapat dilakukan dengan cara seperti; menyayangi teman, tidak membuang sampah sembarangan, merapikan mainan sehabis digunakan, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, dan masih banyak lagi.

c. Menjaga Keselamatan Diri

Salah satu bentuk perilaku hidup sehat adalah dengan menjaga keselamatan diri dan hal tersebut dapat dilakukan dengan cara seperti, Melindungi diri dari orang percobaan kekerasan serta menghindari diri dari tempat dan benda berbahaya. Contoh tindakan melindungi diri dari percobaan kekerasan adalah: tidak mengganggu teman, tidak berkelahi, waspada terhadap orang asing/ orang yang tidak dikenal. Sedangkan contoh prilaku yang mencerminkan menghindari diri dari tempat dan benda adalah seperti, tidak bermain dengan menggunakan sajam, tidak bermain listrik, tidak bermain di jalan raya dan masih banyak lagi¹³.

Berdasarkan apa yang telah disampaikan di atas dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan perilaku hidup sehat adalah suatu tindakan atau kegiatan yang dilakukan oleh suatu individu dengan tujuan untuk menjaga kondisi kesehatan diri sendiri maupun orang lain.

3. Pembiasaan Hidup Sehat

Menurut Azizi (dalam Bukhori) menyebutkan bahwa pembiasaan merupakan proses pendidikan. Pendidikan yang *instant* berarti melupakan dan meniadakan pembiasaan. Tradisi dan bahkan juga karakter (prilaku) dapat

¹³ Direktur Jendral Pendidikan Islam. 2016. *Op.Cit.* Hlm. 14.

diciptakan melalui latihan dan pembiasaan. Ketika suatu praktek sudah terbiasa dilakukan, berkat pembiasaan ini, maka akan menjadi *habit* bagi yang melakukannya, kemudian akan menjadi ketagihan, dan pada waktunya akan menjadi tradisi yang sulit untuk ditinggalkan. Hal ini berlaku untuk hampir semua hal, meliputi nilai-nilai yang buruk maupun yang baik¹⁴.

Pembiasaan adalah sebuah kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang dalam satu waktu atau momen yang sama secara sadar dan disengaja oleh suatu individu sehingga menjadi sebuah rutinitas atau kebiasaan yang nantinya akan membentuk sebuah kepribadian.

Dalam KBBI disebutkan bahwa Pembiasaan adalah “*Pola untuk melakukan tanggapan terhadap situasi tertentu yang dipelajari oleh seorang individu dan yang dilakukannya secara berulang untuk hal yang sama*”¹⁵. Sedangkan Menurut Muthoharoh, Tijan, dan Suprayogi, menyatakan bahwa “pembiasaan adalah sesuatu yang sengaja dilakukan secara berulang-ulang agar sesuatu itu dapat menjadi kebiasaan”¹⁶.

Pembiasaan yang dilakukan siswa di sekolah (belajar dan berinteraksi sosial) merupakan implementasi nyata semua mata pelajaran karena pembiasaan merupakan terapan atas pemahaman, ketrampilan, serta sikap dan nilai yang dibangun pada semua mata pelajaran. Pembiasaan yang dilakukan secara terus menerus diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga akan menjadi budaya positif di sekolah dan selanjutnya akan menjadi budaya sehari-hari dalam kehidupan siswa¹⁷.

Sedangkan yang dimaksud dengan hidup sehat adalah sebuah kegiatan atau tindakan yang dilakukan untuk menjaga kesehatan diri, orang lain, dan lingkungan. Atau sebuah aktifitas serta tindakan yang dilakukan oleh suatu individu yang memiliki pengaruh terhadap kesehatan.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa pembiasaan hidup sehat adalah sebuah kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan untuk menjaga kesehatan diri, orang lain, dan lingkungan.

¹⁴ Bukhori, Imam. 2010. Proses Pendidikan Ahklak Mulia Melalui Pembiasaan di Sekolah. KTI. Madrasah Tsanawiyah Negri 12. Hlm. 9.

¹⁵ Kemdikbud. KBBI. <http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kebiasaan>. Diakses pada tanggal 16 Desember 2016. Pada pukul 10:46. WIB.

¹⁶ Muthoharoh, A.I, Tijan, Suprayogi. 2010. Pendidikan Nasionalisme Melalui Pembiasaan Di Sd Negeri Kuningan 02 Semarang Utara. KTI. Hlm. 11.

¹⁷ *Ibid.*, Hlm 8.

B. Metode *Roll Play*

1. Pengertian Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran merupakan jabaran dari pendekatan. Suatu pendekatan dapat dijabarkan ke dalam berbagai metode pembelajaran. Metode adalah prosedur pembelajaran yang difokuskan pada pencapaian tujuan pembelajaran. Dari metode, teknik pembelajaran diturunkan secara aplikatif, nyata, dan praktis di kelas saat pembelajaran berlangsung¹⁸.

Roestiyah menyatakan bahwa metode pembelajaran adalah suatu teknik penyajian materi yang dilakukan oleh guru, instruktur, tutor, fasilitator, ataupun pengajar dalam sebuah kegiatan pembelajaran dengan maksud agar tujuan dari pembelajaran dapat dicapai¹⁹.

Sedangkan menurut Al Tabany metode adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh guru untuk mengumpulkan data. Cara sendiri merujuk pada sesuatu yang abstrak, tidak dapat diwujudkan dalam benda yang kasatmata tetapi hanya dapat dipertontonkan penggunaannya. Metode yang dapat digunakan dalam mengevaluasi suatu proses dan produk pembelajaran antara lain tes atau ujian, pengamatan, dokumentasi, dialog, evaluasi siswa-guru, angket, wawancara, dan lain sebagainya²⁰.

Menurut Ruhlat metode adalah “perancangan lingkungan belajar yang menghususkan aktivitas, dimana pendidik dan peserta didik terlibat selama proses pembelajaran berlangsung”. Biasanya metode digunakan melalui salah satu strategi, tetapi juga tidak tertutup kemungkinan beberapa metode berada dalam strategi yang berbeda tergantung kepada tujuan yang akan dicapai dan konten proses yang akan dilakukan dalam kegiatan pembelajaran²¹.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa metode adalah suatu cara yang digunakan untuk mencapai suatu tujuan tertentu baik dalam hal pengumpulan data, pembelajaran, pendekatan, penilaian, dan lain-lain.

2. Jenis-Jenis Metode Pembelajaran

Seiring dengan berkembangnya dunia pendidikan, maka berkembang pula metode-metode pembelajaran yang berada di dalamnya. Terdapat berbagai macam jenis metode pembelajaran seperti bermain, pemberian tugas,

¹⁸ Suyatno.2009. *Menjelajah Pembelajaran Inovatif*. Siduarjo: Masmedia Buana Pustaka. Hlm 26.

¹⁹ Roestiyah, N.K. 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Cet VII. Hlm 1.

²⁰ Al-Tabany T I B. 2014.. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif, Progresif, dan Kontekstual*. Jakarta: Prana Media Grup Hlm 215.

²¹ Ruhlat, A. 2014. *Model Pembelajaran Efektif Bagi Guru Kreatif*. Bandung: Gaza Publishing. Hlm 102

demonstrasi, tanya jawab, mengucapkan syair, percobaan/eksperimen, bercerita, karyawisata, dan yang terakhir adalah dramatisasi²².

Dalam Keputusan Direktur Jendral Pendidikan Islam Nomor 3489 tentang Kurikulum Pendidikan Raudhatul Atfal menyebutkan bahwa beberapa metode pembelajaran yang dianggap sesuai untuk PAUD adalah sebagai berikut; (1) Bercerita, (2) demonstrasi, (3) Bercakap-cakap, (4) Pemberian tugas, (5) sosio drama/ bermain peran, (6) Karyawisata, (7) Proyek, (8) eksperimen²³.

Roestiyah dalam bukunya mencantumkan bahwa terdapat 24 metode pembelajaran yang biasanya sering dilakukan yaitu, diskusi, kerja kelompok, penemuan, simulasi, unit teaching, microteaching, brain storming, inquiry, eksperimen, demonstrasi, karya wisata, kerja lapanganm sosiodrama/roll playing, metode kasus, team teaching, PPSI, latihan, tanyajawab, pemberian tugas, ceramah, interaksi massa, metode komputer, jigsaw, metode quantum²⁴.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat berbagai macam metode yang dapat digunakan oleh tenaga pengajar dalam menyampaikan suatu materi kepada para peserta didik agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai.

3. Pengertian *Roll Play*

Permainan peran atau *Roll Play* pada dasarnya digunakan dalam drama, stimulasi, bermain, yang inti dari kegiatan ini adalah berpura-pura meniru kegiatan orang lain. Kegiatan berpura-pura meniru kegiatan orang lain ini kerap dilakukan oleh anak-anak dalam melakukan suatu permainan.

Salah satu contoh yang sering dilakukan adalah melakukan peniruan terhadap suatu pekerjaan-pekerjaan yang mungkin dianggap oleh anak sebagai suatu hal yang menarik. Bermain peran adalah hal yang alami bagi anak-anak, yang dilakukannya tanpa pernah mendengar istilah ini. Mereka melakukan kegiatan ini secara intuitif sebagai sebuah cara belajar dan hal ini dapat dikatakan merupakan bagian dari eksplorasi alam²⁵.

Metode *Roll Play* adalah suatu cara penguasaan bahan-bahan pelajaran melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan peserta didik. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan peserta didik dengan memerankan sebagai

²² Sujiono, Y.A. 2009. *Op.Cit.* . Hlm 7.3.

²³ Keputusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam. *Op. Cit.* Hlm 65.

²⁴ Roestiyah NK.2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta Hlm. 5-156

²⁵ Khasanah, U.A. *Op.Cit.* Hlm 12.

tokoh hidup atau benda mati. Permainan ini pada umumnya dilakukan lebih dari satu orang tergantung kepada apa yang diperankan.²⁶

Sedangkan menurut Sujiono metode bermain peran adalah “cara memahami sesuatu melalui peran-peran yang dilakukan oleh tokoh atau benda-benda di sekitar anak, sehingga anak dapat memahami sesuatu sambil berimajinasi, anak memerankan tokoh sesuai dengan pilihannya berdasarkan minat. Di dalam metode ini anak dituntut untuk menggunakan tubuhnya menyesuaikan dengan perannya, bagaimana ia harus berekspresi, termasuk juga gerakan tangan.

Permainan drama atau dapat kita katakan bermain peran adalah permainan di mana anak dapat mengekspresikan diri melalui peniruan terhadap tingkah laku orang, hewan ataupun tanaman. Melalui permainan drama atau bermain peran ini dapat membuat mereka mengerti dan memahami dunia seperti bermain peran dokter-dokteran²⁷.

Melalui penjelasan para ahli di atas, dapat kita ketahui bahwa metode *roll play* dapat diterapkan dalam dunia pendidikan, terlebih pada dunia pendidikan tingkat RA sederajat.

4. Keunggulan Metode *Roll Play*

Model pembelajaran ini memberikan kesempatan kepada siswa-siswi untuk praktik menempatkan diri mereka dalam peran-peran dan situasi yang akan meningkatkan kesadaran terhadap nilai-nilai dan keyakinan-keyakinan mereka sendiri dan orang lain.

Banyak pembelajaran yang dapat diperoleh melalui bermain peran. Khasanah menyatakan bahwa “Dalam penerapan metode bermain peran yang dilaksanakan dalam dua siklus terjadi peningkatan rasa percaya diri pada peserta didik yang signifikan”.²⁸ Astuti menambahkan “selama kegiatan pembelajaran dengan menggunakan metode bermain peran (*roll playing*), terjadi aktivitas belajar

²⁶ Lafiyati. 2014. *Op.Cit.* Hlm 11.

²⁷ Sujiono, Y. A dan Bambang, Sujiono. 2010. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak.* Jakarta: Indeks. Hlm. 42.

²⁸ Khasanah, U.A. 2014. *Op.Cit.* Hlm.81.

yang positif. Hal ini terlihat dari munculnya perilaku positif peserta didik pada partisipasi, taat aturan, serta tanggung jawab yang tinggi”²⁹.

Wijayani dan Barnawi menyatakan bahwa metode bermain peran/*Roll Play* termasuk didalam ruang lingkup metode bercerita dan memiliki manfaat seperti:

- a. Bagi anak TK, mendengar cerita yang menarik dan dekat dengan lingkungannya merupakan kegiatan yang mengasyikkan.
- b. Guru dapat memanfaatkan kegiatan bercerita untuk menanamkan nilai-nilai positif pada anak
- c. Kegiatan bercerita juga memberikan sejumlah pengetahuan sosial, nilai-nilai moral, dan keagamaan.
- d. Pembelajaran dengan bercerita memberikan pengalaman belajar untuk mendengarkan.
- e. Dengan mendengarkan cerita anak, dimungkinkan untuk mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik.
- f. Membantu anak untuk membangun bermacam-macam peran yang mungkin dipilih anak dan bermacam layanan jasa yang ingin disumbangkan anak kepada masyarakat³⁰.

Berdasarkan pernyataan para ahli di atas dapat kita ketahui bahwa metode bermain peran (*roll play*) memang memiliki peranan yang cukup penting dan layak untuk dicoba untuk meningkatkan kompetensi-kompetensi anak yang lainnya.

5. Kelemahan Metode *Roll Play*

Selain memiliki sejumlah keunggulan, metode ini juga memiliki beberapa kelemahan apabila ingin diterapkan di sekolah. Kelemahan-kelemahan tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Metode ini memerlukan waktu yang relatif panjang/banyak.
- b. Memerlukan kreativita dan daya kreasi yang tinggi dari pihak guru maupun murid. Ini tidak semua guru memilikinya.
- c. Kebanyakan siswa yang ditunjuk sebagai pemeran merasa malu untuk melakukan suatu adegan tertentu.
- d. Apabila pelaksanaan sosiodrama dan bermain peran mengalami kegagalan, bukan hanya dapat memberikan kesan yang kurang baik, tetapi sekaligus berarti tujuan pengajaran tidak tercapai.

²⁹ Astuti, S. 2014. *Op.Cit.* Hlm.72.

³⁰ Wiyani, N.A. dan Barnawi. 2014. *Format PAUD.* Jakarta: AR-Ruzz Media. Hlm 127.

- e. Tidak semua materi pelajaran dapat disajikan melalui metode ini³¹.

Sedangkan menurut Roestiyah kelemahan dari metode roll playing adalah: *Pertama*, metode ini rentan dalam menumbuhkan sikap buruk pada anak seperti deskriminasi, balas dendam, berprasangka, iri hati dan. Hal ini bisa terjadi pada saat proses pemilihan peran dan aktivitas drama yang dilakukan. *Kedua*, metode ini harus dilakuakn dengan persiapan yang matang karena apabila langkah-langkah pelaksanaan metode ini tidak dikuasai oleh guru, ataupun peserta drama, maka pesan yang ingin disampaikan melalui drama tersebut tidak akan terpapar secara maksimal. *Ketiga*, dalam penyajiannya metode ini harus menyesuaikan dengan daerah dimana kegiatan ini dilakukan agar tidak menyinggung norma-norma yang berada didaerah tersebut, sehingga metode ini bersifat sensitif terhadap masyarakat³².

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek yang harus diperhatikan sebelum dilakukannya kegiatan seperti Kultur budaya sekitar, persiapan alat, penguasaan materi, serta tujuan dari pembelajaran yang diinginkan, karena metode ini tidak dapat digunakan untuk mengatasi semua permasalahan pembelajaran.

6. Penerapan Metode Roll Play

Untuk menerapkan metode ini dalam pembelajaran, ada beberapa hal yang harus dilakukan agar penerapan metode ini dapat terealisasi secara maksimal dan mendapatkan hasil yang optimal.

Menuru Shoimin, langkah-langkah pokok yang harus dilakukan sebelum menerapkan metode ini pada anak-anak adalah seperti; (1) memilih situasi bermain peran, (2) mempersiapkan kegiatan bermain peran, (3) memilih peserta/pemain peran, (4) mempersiapkan penonton, (5) memainkan peran, (6) mendiskusikan dan mengevaluasi kegiatan bermain peran³³.

Roestiyah (menyebutkan dalam bukunya bahwa, dalam melaksanakan teknik ini agar berhasil dengan efektif, maka perlu mempertimbangkan langkah-langkahnya ialah:

- a. Guru harus menerangkan kepada siswa, untuk memperkenalkan teknik ini, bahwa dengan jalan sosiodrama siswa diharapkan dapat memecahkan

³¹ Shoimin, A. 2014. *Op.Cit.* Hlm 163.

³² Roestiyah NK.2012. *Op.Cit.* Hlm 92..

³³ Shoimin, Aris. 2014. 68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013. Yogyakarta: AR-Ruzz Media. Hlm 161.

masalah hubungan sosial yang aktual di masyarakat, maka kemudian guru menunjuk beberapa siswa yang akan berperan; masing-masing akan mencari pemecahan masalah sesuai dengan perannya dan siswa yang lain jadi penonton dengan tugas-tugas tertentu pula.

- b. Guru harus memilih masalah yang urgen, sehingga menarik minat anak. Ia mampu menjelaskan secara menarik, sehingga siswa terangsang untuk berusaha memecahkan masalah itu.
- c. Agar siswa memahami peristiwanya, maka guru harus bisa menceritakan sambil untuk mengatur adegan pertama.
- d. Bila ada kesediaan sukarela dari siswa untuk berperan, harap ditanggapi tetapi guru harus mempertimbangkan apakah ia tepat untuk perannya itu. Bila tidak ditunjuk saja siswa yang memiliki kemampuan dan pengetahuan serta pengalaman seperti yang diperankan itu.
- e. Jelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya sehingga mereka tahu tugas perannya, menguasai masalahnya pandai bermimik maupun berdialog.
- f. Siswa yang tidak turut harus menjadi penonton yang aktif, di samping mendengar dan melihat, mereka harus bisa memberi saran dan kritik pada apa yang akan dilakukan setelah sosiodrama selesai.
- g. Bila siswa belum terbiasa, perlu dibantu guru dalam menimbulkan kalimat pertama dalam dialog.
- h. Setelah sosiodrama itu dalam situasi klimaks, maka harus dihentikan, agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum. Sehingga para penonton ada kesempatan untuk berpendapat, menilai permainan dan sebagainya. Sosiodrama dapat diberhentikan pula bila sedang menemui jalan buntu.
- i. Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi, walau mungkin masalahnya belum terpecahkan, maka perlu dibuka tanya jawab, diskusi atau membuat karangan yang berbentuk sandiwara³⁴.

Kalau guru tidak menguasai tujuan instruksional penggunaan teknik ini untuk suatu unit pelajaran, maka sosiodramanya juga tidak akan berhasil. Dengan sosiodrama jangan menjadi kesempatan untuk menumbuhkan sifat prasangka yang buruk, ras diskriminasi, balas dendam dan sebagainya; sehingga menyimpang dari tujuan semula.

Oleh karena itu kesiapan guru dalam melaksanakan serta melihat kondisi kesiapan peserta didik yang diajarkan menjadi kunci keberhasilan dalam melaksanakan kegiatan / metode ini di sekolah.

³⁴ Roestiyah, N.K. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Adi Mahasatya.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilaksanakan di Raudhatul Athfal (RA) RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini diencanakan akan dilaksanakan pada Semester II (genap) Tahun Pelajaran semester genap 2016/2017, sebagaimana yang penulis jelaskan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1
Waktu Penelitian Perbaikan Pembelajaran

No	Kegiatan	Waktu	Tanggal / Bulan
1	Siklus I	08.00 s/d 9.00	30 januari s/d 03 februari 2017
2	Siklus II	08.00 s/d 9.00	06 s/d 10 Februari 2017
3	Siklus III	08.00 s/d 9.00	13 s/d 18 Februari 2017

3. Siklus Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan dalam tiga siklus, yang bertujuan untuk melihat peningkatan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dengan menggunakan metode *roll play*. Pembelajaran yang dilakukan adalah pembelajaran secara berkelompok, namun penilaian yang dilakukan tetap secara individual.

B. Persiapan Penelitian

Sebelum melaksanakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) terlebih dahulu peneliti akan membuat ncaan yang akan dijadikan bahan ajar dalam PTK, yaitu:

1. Ijin dari Fakultas, ijin dari sekolah yang akan menjadi tempat penelitian, dan persetujuan dari kepala sekolah.

2. Mengenalkan kepada peserta didik tentang metode yang akan digunakan terkait dengan penelitian yang akan dilakukan.
3. Menyusun kegiatan yang akan dilaksanakan.
4. Membuat daftar naskah cerita yang akan ditampilkan oleh peserta didik serta pesan-pesan tersirat yang ingin disampaikan terkait dengan upaya meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat.

C. Subyek Penelitian

Dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini, yang menjadi subyek penelitian adalah anak ataupun siswa kelompok B RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara, yang berjumlah 20 orang, dengan rincian 11 orang anak laki-laki dan 9 orang anak perempuan.

D. Sumber Data

Yang penulis jadikan sumber data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Anak didik

Peserta didik dijadikan sebagai sumber data, dari peserta didik inilah didapatkan data penelitian tentang hasil belajar dan aktivitas anak dalam proses pembelajaran. Peserta didik tersebut adalah siswa Kelompok B RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara yang berjumlah 20 Orang. Nama-nama siswa tersebut penulis tampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 2

Daftar Nama Peserta Didik Kelompok B RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara 2016-2017

No	Nama Anak Didik	Laki-laki	Perempuan
1	Al-Fajril Ramadan	✓	
2	Angga	✓	
3	Azzahra Syahira Dafa		✓
4	Daffa Alfian	✓	
5	Ibnu Afwan	✓	
6	Ishaq Nawawi	✓	

7	Khadafi Anugrah	✓	
8	Khairunisa		✓
9	M. Aidil Akbar	✓	
10	Muhammad Al-Fazli	✓	
11	Muhammad Yakin	✓	
12	Nadin Amanda		✓
13	Nasya Rahmadani		✓
14	Nur Hasanah		✓
15	Puan Walya Nur Ibni		✓
16	Rahmah		✓
17	Raihan Ali	✓	
18	Satria Lubis	✓	
19	Siti Nur Haliza		✓
20	Soleha		✓

2. Teman sejawat atau kolaborator

Teman sejawat yang dijadikan penilai pada penelitian ini adalah Ibu Abdayani dan Ibu Raudotul Jannah. Untuk lebih jelasnya data teman sejawat dan kolaborator penulis tampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 3

Teman Sejawat dan Kolaborator

No	Nama	Status	Tugas
1	Abdayani	Guru	Kolabor I
2	Raudotul Jannah	Guru	Kolabor II

3. Guru

Guru atau tenaga pendidik adalah orang yang paling mengetahui perkembangan peserta didik di sekolah. Keberhasilan peserta didik dalam mencapai suatu hal menjadi tugas wajib bagi tenaga pendidik. Adapun data tenaga pendidik di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara, peneliti tampilkan pada tabel berikut:

Tabel 4

Data Tenaga pengajar di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara TA 2016-2017

No	Nama	Status	Kelas yang Diasuh
1	Hj. Wardah	Kepsek	-
2	Manizar, S.Pd	Wakepsek	-
3	Abdayani	Guru Pengampuh	A
4	Masitah	Guru pendamping	A
5	Ulfa Ulya	Guru Pengampuh	B
6	Raudotul Jannah	Guru pendamping	B

E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Data Penelitian Tindakan kelas diperoleh dari hasil pengamatan yang dilakukan selama proses pelaksanaan perbaikan pembelajaran. Data dikumpulkan dengan teknik melakukan observasi, wawancara, tes, dan catatan harian.

- a. Observasi, yaitu pengamatan seluruh kegiatan belajar mengajar yang diamati pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung.
- b. Unjuk Kerja
- c. Dokumen, yaitu mengumpulkan lembar kerja anak untuk mengetahui perkembangan karakter sopan santun pada anak.

11	Muhammad Yakin												
12	Nadin Amanda												
13	Nasya Rahmadani												
14	Nur Hasanah												
15	Puan Walya Nur Ibni												
16	Rahmah												
17	Raihan Ali												
18	Satria Lubis												
19	Siti Nur Haliza												
20	Soleha												

Keterangan BB = Belum Berkembang
 MB = Mulai Berkembang
 BSH = Berkembang Sesuai Harapan
 BSB = Berkembang Sangat Baik

b. Unjuk Kerja

c. Dokumentasi

Yaitu mengumpulkan lembar kerja anak, atau foto-foto dan daftar kehadiran anak.

Dari hasil observasi, tes, wawancara, diskusi dan dokumentasi, peneliti akan mengetahui sejauh mana perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak melalui metode pembelajaran *roll play* yang dilakukan di sekolah RA Al-Munawwar.

F. Indikator Kinerja

Indikator kinerja adalah suatu kriteria yang digunakan untuk melihat keberhasilan dari PTK yang dilaksanakan dalam memperbaiki pembelajaran dan meningkatkan mutu kegiatan belajar mengajar di kelas. Dalam PTK indikator kerja yang dilihat adalah dari anak dan guru. Dimana guru merupakan fasilitator

yang sangat berpengaruh terhadap aktivitas dan perkembangan anak. Dalam penelitian ini yang menjadi indikator kinerjanya adalah:

1. Pencapaian Anak

- a. Hasil tes tentang pengetahuan dan perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak.

Dalam hal ini mencakup tentang:

- 1) Kemampuan anak mengetahui dan menyebutkan katagori perilaku hidup sehat.
 - 2) Kemampuan anak menyebutkan katagori perilaku hidup sehat yang terdapat kegiatan *roll play* yang dilaksanakan.
 - 3) Kemampuan anak untuk menerapkan perilaku hidup sehat yang terdapat pada cerita dalam kehidupan sehari hari setelah dilakukannya kegiatan pembelajaran dengan metode *roll play*.
 - 4) Kemampuan anak untuk menerapkan perilaku hidup sehat yang terdapat pada cerita dalam kehidupan sehari hari setelah dihentikannya kegiatan pembelajaran dengan metode *roll play*.
- b. Hasil ovservasi tentang meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak, hal ini mencakup tentang sejauh mana peningkatan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak, setelah mendapatkan proses pembelajaran melalui metode *roll play*.

2. Pencapaian Kemampuan Guru

- a. Kelengkapan dalam bentuk dokumentasi, daftar hadir, portofolio dan adanya indikas perilaku hidup sehat yang tercermin pada perilaku anak.
- b. Hasil ovservasi/pengamatan guru kelas terhadap guru peneliti pada pembelajaran yang sedang berlangsung. Adapun bentuk lembar observasi yang akan digunakan guru, sebagaimana pada tabel berikut:

Tabel 6

Lembar Observasi Guru

No	Kegiatan yang diamati	Indikator	KB	CB	SB
1	Kegiatan Awal	- Menyusun rencana kegiatan. - Menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk merealisasikan kegiatan			

		penelitian berupa naskah dan aksesoris kegiatan. - Mengadakan kegiatan awal, inti, dan penutup - Pengaturan waktu - Menggunakan teknik/metode pembelajaran yang sesuai - Menyiapkan alat penilaian			
2	Kegiatan Inti	- Melakukan kesesuaian rencana dan tindakan - Penampilan guru - Cara guru memotivasi anak - Minat anak untuk melakukan kegiatan - Hasil karya anak - Penilaian yang dilakukan guru			
3	Kegiatan Akhir	- Mengevaluasi hasil pembelajaran - Menyanyikan lagu anak - Membaca doa - Salam pulang			

G. Analisis Data

Selain alat pengumpulan data pada penelitian ini juga menggunakan analisis data, sebagai berikut:

1. Data Kuantitatif, yang dilakukan untuk mengetahui berhasil atau tidaknya tindakan yang dilakukan dalam penelitian. Hal ini dapat dilihat dari persentasi tingkat keberhasilan yang dicapai anak. Tindakan kelas ini berhasil apabila paling sedikit 70% anak sudah mampu menunjukkan perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat melalui metode *roll play*. Adapun rumusan untuk data kuantitatif tersebut adalah:

$$P = \frac{F}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Angka persentasi

F : Jumlah siswa yang mengalami perubahan

n : Jumlah seluruh anak.³⁵

³⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. (Bandung. Alfabeta, 2008), Hlm. 127.

2. Data Kualitatif, pada penelitian ini, data kualitatif menjelaskan upaya-upaya yang dilakukan untuk meningkatkan perubahan kemampuan anak selama proses pembelajaran berlangsung. Adapun tahapan pada data kualitatif antara lain adalah sebagai berikut:
 - a. Menganalisis ketercapaian yang diperoleh anak dalam PTK, kemudian dikategorikan dalam klasifikasi tinggi, sedang dan rendah. Hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perubahan yang dialami anak.
 - b. Menganalisis kegiatan pembelajaran yang dilakukan dengan upaya untuk meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat dengan metode *roll play*, kemudian diklasifikasikan ke dalam kriteria tinggi, sedang dan rendah. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kebiasaan anak terkait dengan perilaku yang mencerminkan pola hidup sehat.

H. Prosedur Penelitian

1. Pra Siklus

Untuk melaksanakan PTK, peneliti melaksanakan pembelajaran pra siklus terlebih dahulu. Hal ini dimaksudkan sebagai survey awal untuk mencari tahu permasalahan yang terdapat pada pembelajaran, sehingga menjadi dasar untuk mendesain prosedur pelaksanaan perbaikan pembelajaran pada siklus I.

Dalam melaksanakan pra siklus ini, pertama-tama peneliti merancang pelaksanaan pembelajaran dengan membuat rencana kegiatan harian (RKH), sesuai dengan tujuan pembelajaran yang hendak dicapai. Setelah pra siklus dilaksanakan, maka dilakukan pula evaluasi terhadap pelaksanaan pembelajaran, baik evaluasi terhadap kemajuan dalam perkembangan anak, maupun evaluasi terhadap pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Selanjutnya dilakukan refleksi, yang dilakukan oleh peneliti bersama dengan kolabor dan teman seprofesi dilokasi penelitian yang dimaksud seputar masalah yang ditemukan dalam pelaksanaan pembelajaran untuk dicarikan solusinya. Adapun refleksi yang dimaksud mencakup tentang:

- a. Refleksi Kekuatan
 - 1) Kegiatan dan indikator sesuai dengan tingkat perkembangan anak
 - 2) Materi yang disajikan sesuai dengan kemampuan anak

- 3) Alat penilaian sesuai dengan tingkat perkembangan anak
 - 4) Teknik yang digunakan bervariasi sesuai dengan kemampuan anak. Hal ini dilakukan agar anak tertarik dengan kegiatan yang dilakukan
 - 5) Anak merasa puas dengan hasil yang akan didapatkannya.
- b. Refleksi Kelemahan
- 1) Anak bosan dengan kegiatan yang dilakukan karena yang dilakukan hanya terfokus pada satu kegiatan saja
 - 2) Pengelolaan waktu yang tidak optimal
 - 3) Adanya anak yang kurang berminat melakukan kegiatan
 - 4) Pengelolaan tempat yang kurang memadai
 - 5) Kurangnya alat-alat untuk melakukan kegiatan

Sesuai dengan jenis penelitian ini, yaitu penelitian tindakan kelas, maka dari itu penelitian ini memiliki tahapan yang akan dilaksanakan. Pada penelitian ini akan dilaksanakan dalam tiga siklus, dan dalam setiap siklus memiliki beberapa tahapan dan langkah-langkah pada setiap kegiatan.

2. Siklus I

- a. Tahap perencanaan (*Planning*)
- 1) Membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan dalam siklus I
 - 2) Membuat rencana kegiatan harian (RKH) terkait dengan kegiatan penelitian yang hendak dilakukan.
 - 3) Mempersiapkan metode dan media pembelajaran terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan.
 - 4) Mempersiapkan instrumen lembar kerja penelitian untuk guru dan anak.
 - 5) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati perkembangan serta perubahan yang terjadi terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat yang menjadi tujuan dari dilakukannya penelitian ini.
 - 6) Mempersiapkan pembelajaran dengan menggunakan metode *roll playing*.
- b. Tahap pelaksanaan (*Action*)
- 1) Menyusun sistematika pelaksanaan kegiatan pembelajaran bersama pengamat/kolabor.

- 2) Melaksanakan kegiatan perbaikan pembelajaran sesuai rencana pelaksanaan perbaikan pembelajaran.
- 3) Memberi penilaian terhadap peningkatan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak.
- 4) Memberi semangat anak dalam melaksanakan kegiatan.
- 5) Mendokumentasikan kegiatan anak dengan memajangkan hasil karya anak yang mengalami perubahan.

c. Tahap pengamatan

Setelah pelaksanaan kegiatan dilakukan, maka peneliti diharuskan untuk melakukan pengamatan langsung terhadap peserta didik ketika proses pembelajaran dilakukan dan juga peneliti harus membuat catatan observasi yang berguna sebagai alat pengumpul data. Adapun kegiatan yang akan dilakukan pada tahap pengamatan ini adalah:

- 1) Melaksanakan pengamatan observasi, kegiatan ini dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.
- 2) Membuat catatan observasi.

d. Tahap Analisis

Pada tahap ini peneliti melakukan analisis terhadap hasil pengamatan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Apakah anak dapat berkonsentrasi pada saat guru memberi penjelasan dan dapat mengikuti pelajaran yang disajikan melalui kegiatan *roll play*.

e. Tahap Refleksi

Setelah pengamatan dilakukan, kegiatan akhir yang dilakukan oleh peneliti pada siklus I adalah dengan melakukan refleksi terhadap hasil pengamatan dan observasi dari pelaksanaan kegiatan. Hal ini perlu dilakukan dengan tujuan agar peneliti mengetahui apakah penggunaan metode *roll play* dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dan dapat terlaksana dengan baik, serta sesuai atau tidak apabila diterapkan dalam proses pembelajaran.

Refleksi juga dilakukan agar peneliti mengetahui kelemahan-kelemahan yang dihadapi, serta kelebihan-kelebihan yang menjadi kekuatan peneliti pada

saat melaksanakan penelitian, sehingga penelitian yang dilakukan akan dapat berjalan dengan baik sesuai rencana dan mendapatkan hasil yang diharapkan. Apabila penelitian ini belum mendapatkan hasil yang diharapkan, maka penelitian akan dilanjutkan pada siklus II

3. Siklus II

a. Tahap perencanaan (*Planning*)

Tahap perencanaan pada siklus II merupakan hasil refleksi dari siklus I. Pada tahap ini peneliti dapat mengetahui berapa banyak jumlah anak yang mengalami perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat. Pada siklus II ini peneliti akan memfokuskan diri kepada permasalahan yang timbul pada siklus I yang dialami oleh peserta didik dan kegiatan ini tentunya akan melibatkan seluruh anak yang menjadi objek penelitian skripsi ini.

b. Skenario Perbaikan Siklus II

Adapun kegiatan yang dilakukan berdasarkan skenario siklus II ini adalah:

- 1) Membuat rencana kegiatan harian (RKH) dengan memperbaiki langkah-langkah pembelajaran yang kurang efektif pada siklus I
- 2) Menyusun soal untuk tes hasil belajar yang digunakan untuk melihat tingkat kemampuan anak.
- 3) Membuat lembar observasi untuk melihat kondisi belajar mengajar berlangsung.

c. Tahap pelaksanaan (*Action*)

Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah:

- 1) Menjelaskan kepada peserta didik tentang pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- 2) Melakukan pendekatan kepada peserta didik.
- 3) Menjelaskan kepada peserta didik tentang materi yang akan diajarkan.
- 4) Memberi motivasi kepada peserta didik terkait dengan materi yang disampaikan.
- 5) Memberikan penguatan kepada peserta didik.

- 6) Mengganti tema atau naskah cerita pada kegiatan *roll play* yang akan dilakukan.

d. Tahap pengamatan

Pengamatan observasi dilakukan di dalam kelas saat kegiatan proses pembelajaran berlangsung. Observasi dilakukan guru di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara dengan mengisi lembar observasi untuk melihat kondisi belajar mengajar di kelas, apakah sudah terlaksana sesuai dengan program pengajaran yang telah disusun ketika tindakan dilakukan.

e. Tahap Analisis

Pada tahap ini peneliti melakukan analisis terhadap hasil pengamatan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Apakah anak dapat berkonsentrasi pada saat guru memberi penjelasan tentang pesan tersirat yang terdapat pada kegiatan *roll play* yang dilakukan terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat

f. Tahap Refleksi

Setelah pengamatan dilakukan, kegiatan akhir yang dilakukan oleh peneliti pada siklus II adalah dengan melakukan refleksi terhadap hasil pengamatan dan observasi dari pelaksanaan kegiatan. Hal ini perlu dilakukan dengan tujuan agar peneliti mengetahui apakah penggunaan metode *roll play* dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dan dapat terlaksana dengan baik, serta sesuai atau tidak apabila diterapkan dalam proses pembelajaran. Apabila penelitian ini belum mendapatkan hasil yang diharapkan, maka penelitian akan dilanjutkan pada siklus III.

4. Siklus III

a. Tahap perencanaan (*Planning*)

Tahap perencanaan pada siklus III merupakan hasil refleksi dari kegiatan yang dilakukan pada siklus II. Pada tahap ini peneliti dapat mengetahui berapa banyak jumlah anak yang mengalami perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat. Pada siklus III ini peneliti memfokuskan diri kepada permasalahan yang timbul pada siklus II yang dialami oleh peserta didik dan kegiatan ini tentunya akan melibatkan seluruh anak yang menjadi objek penelitian skripsi ini.

Adapun kegiatan perencanaan yang akan dilakukan pada siklus III ini adalah:

- 1) Membuat rencana kegiatan harian (RKH) dengan memperbaiki langkah-langkah pembelajaran yang kurang efektif pada siklus II
- 2) Menyusun soal untuk tes hasil belajar yang digunakan untuk melihat tingkat kemampuan anak
- 3) Membuat lembar observasi untuk melihat kondisi belajar mengajar berlangsung.

b. Tahap pelaksanaan (*Action*)

Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah:

- 1) Menjelaskan kepada peserta didik tentang pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- 2) Melakukan pendekatan kepada peserta didik.
- 3) Menjelaskan kepada peserta didik tentang materi yang akan diajarkan
- 4) Memberi motivasi kepada peserta didik
- 5) Memberikan penguatan kepada peserta didik
- 6) Mengganti tema ataupun naskah cerita yang akan diperagakan.

c. Tahap pengamatan

Pengamatan observasi dilakukan di dalam kelas saat kegiatan proses pembelajaran berlangsung. Observasi dilakukan guru di RA Al-Munawwar, Kabupaten Batu Bara dengan mengisi lembar observasi untuk melihat kondisi belajar mengajar di kelas, apakah sudah terlaksana sesuai dengan program pengajaran yang telah disusun ketika tindakan dilakukan.

d. Tahap Analisis

Pada tahap ini peneliti melakukan analisis terhadap hasil pengamatan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Apakah anak dapat memahami penjelasan dari guru tentang pesan tersirat yang terdapat pada kegiatan drama yang dilakukan.

e. Tahap Refleksi

Setelah pengamatan dilakukan, kegiatan akhir yang dilakukan oleh peneliti pada siklus III adalah dengan melakukan refleksi terhadap hasil

pengamatan dan observasi dari pelaksanaan kegiatan. Hal ini perlu dilakukan dengan tujuan agar peneliti mengetahui apakah penggunaan metode *roll play* dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dan dapat terlaksana dengan baik, serta sesuai atau tidak apabila diterapkan dalam proses pembelajaran.

Refleksi juga dilakukan untuk dapat mengetahui kelemahan-kelemahan yang dihadapi peneliti, serta kelebihan-kelebihan yang menjadi kekuatan peneliti pada saat melaksanakan penelitian, sehingga peneliti dapat melakukan perbaikan-perbaikan.

Berikut ini penulis tampilkan gambar pelaksanaan siklus dalam penelitian:

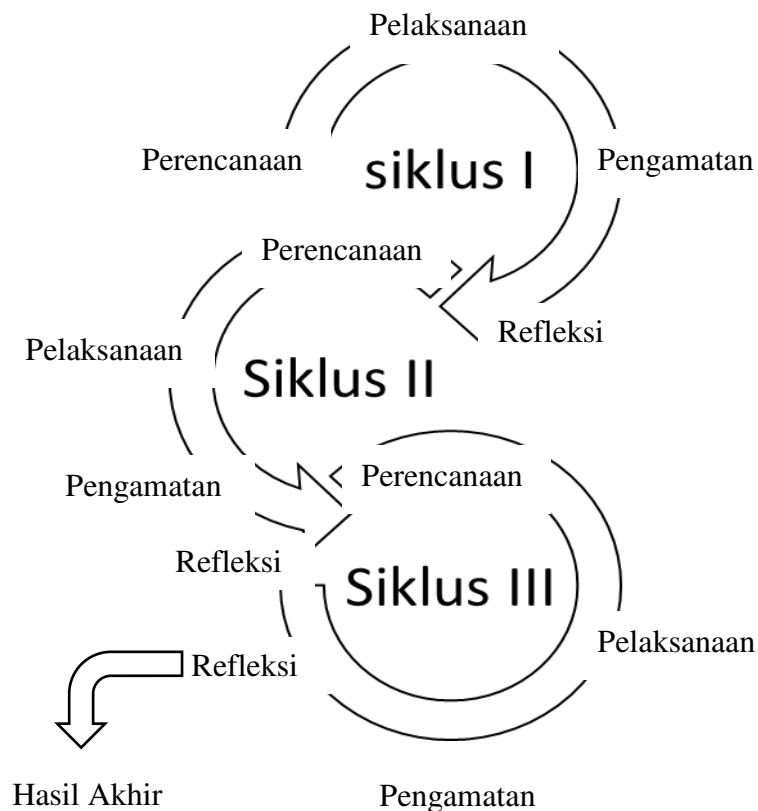


Diagram 2.

Skema Dalam Penelitian Tindakan Kelas

I. Personalia Penelitian

Tim peneliti yang terlibat dalam PTK ini adalah dua orang guru RA Al Munawwar, Kabupaten Batu Bara yang bertugas dilokasi yang sama dengan peneliti yang bersedia membantu pelaksanaan penelitian ini.

Berikut adalah tampilan nama-nama tim peneliti beserta status dan tugasnya pada tabel berikut ini:

Tabel 7
Personalia Penelitian

No	Nama	Tugas	Jam Kerja / Minggu
1	Guru peneliti/Pelaksana -Ulfa Ulya	-Pengumpul data -Analisis data	24
2	Kolabor/mitra -Abdayani -Raudotul Jannah	-Kolabor I -Kolabor II	24 24

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Deskripsi Kondisi Awal

Pada bab ini, peneliti akan menjabarkan seputar hasil dari tindakan penelitian kelas yang telah dilakukan oleh peneliti pada anak kelompok B di RA Al Munnawar, Kabupaten Batu Bara. Dimana data hasil penelitian yang diperoleh akan dipaparkan oleh peneliti melalui data tabel serta grafik, guna untuk memperjelas perolehan hasil yang didapatkan oleh peneliti selama peneliti melakukan kegiatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Untuk mengawali kegiatan PTK tersebut, peneliti mengawalinya dengan melakukan kegiatan observasi guna untuk mendapatkan kondisi awal anak, terkait dengan kemampuan anak terkait dengan pembiasaan hidup sehat di RA Al Munnawar, Kabupaten Batu Bara yang dilakukan pada hari jum'at pada tanggal 27 Januari 2017. Adapun hasil yang diperoleh melalui kegiatan observasi terkait dengan kondisi anak tersebut adalah seperti apa yang terdapat pada tabel di bawah ini:

Tabel 8

Data Hasil Pengamatan Kondisi Awal Pembiasaan Hidup Sehat Anak

No	Nama Anak	Anak mampu menghasilkan lukisan yang berbeda dari temannya				Anak dapat melukis sesuai dengan tema yang disajikan				Anak mampu untuk berkreasi dengan menggunakan media yang disediakan			
		B B	M B	B S H	B S B	B B	M B	B S H	B S B	B B	M B	B S H	B S B
1	Al-Fajril Ramadan		✓				✓				✓		
2	Angga	✓					✓			✓			
3	Azzahra Syahira Dafa	✓					✓			✓			

4	Daffa Alfian	✓				✓				✓		
5	Ibnu Afwan	✓				✓				✓		
6	Ishaq Nawawi	✓					✓			✓		
7	Khadafi Anugrah	✓				✓				✓		
8	Khairunisa		✓			✓				✓		
9	M. Aidil Akbar	✓				✓				✓		
10	Muhammad Al-Fazli	✓				✓				✓		
11	Muhammad Yakin	✓					✓			✓		
12	Nadin Amanda	✓				✓				✓		
13	Nasya Rahmadani		✓			✓				✓		
14	Nur Hasanah		✓					✓		✓		
15	Puan Walya Nur Ibni	✓				✓						✓
16	Rahmah		✓			✓						✓
17	Raihan Ali			✓				✓			✓	
18	Satria Lubis	✓					✓			✓		
19	Siti Nur Haliza	✓				✓				✓		
20	Soleha		✓				✓				✓	

Keterangan BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan data di atas mengenai kondisi awal kemampuan anak dalam berbahasa lisan dapat disimpulkan ke dalam rumus

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana: P = Angka persentase

F = Jumlah anak yang mengalami perubahan

n = Jumlah seluruh anak

Adapun hasil data tersebut setelah diolah dengan menggunakan rumus di atas didapati seperti tabel di bawah ini:

Tabel 9
Kondisi Awal Sebelum Dilakukan Tindakan

No	Indikator	f1	f2	f3	f4	Jumlah Anak (n)
		BB	MB	BSH	BSB	(P) %
1	Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat	13	6	1	0	20
		65%	30%	5%	0%	100%
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan	10	8	2	0	20
		50%	40%	10%	0%	100%
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	15	3	2	0	20
		75%	15%	10%	0%	100%

Keterangan BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

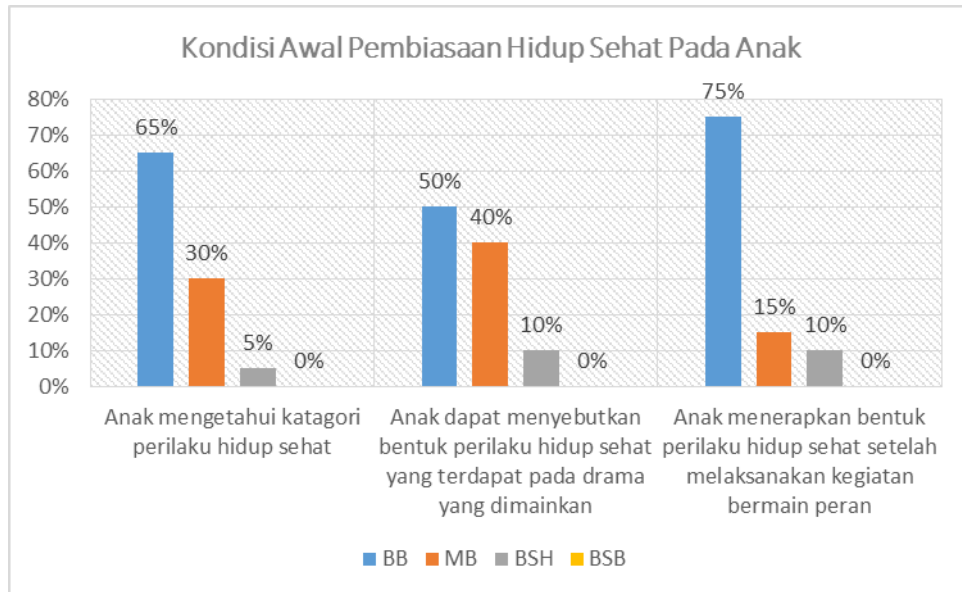
Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa untuk melihat pembiasaan hidup sehat anak, peneliti melakukan pengamatan yang dibagi ke dalam 3 katagori atau indikator dimana Indikator 1: Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat, Indikator 2: Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, dan indikator 3 atau Indikator terakhir adalah: Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran.

Untuk melihat katagori kemampuan anak, peneliti membaginya kedalam 4 katagori dimana katagori 1 adalah belum berkembang, katagori 2 adalah mulai berkembang, katagori 3 adalah berkembang sesuai harapan, dan katagori 4 adalah berkembang sangat baik.

Berdasarkan hasil obeservasi awal (tindakan prasiklus) di ketahui bahwa:

1. Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 1; Anak mengetahui perilaku hidup sehat, terdapat 13 orang atau sebanyak 65% orang anak berada pada katagori Belum Berkembang (BB), 6 orang atau sebanyak 30% berada pada katagori Mulai Berkembang (MB), 1 orang anak atau sebanyak 5% berada pada katagori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan untuk katagori terakhir yaitu Berkembang sangat baik berjumlah 0 orang anak, atau dengan kata lain tidak ada sama sekali.
2. Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 2; Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, terdapat 10 orang atau sebanyak 50% orang anak berada pada katagori Belum Berkembang (BB), 8 orang atau sebanyak 40% berada pada katagori Mulai Berkembang (MB), 2 orang anak atau sebanyak 10% berada pada katagori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan untuk katagori terakhir yaitu Berkembang sangat baik berjumlah 0 orang anak, atau dengan kata lain tidak ada sama sekali.
3. Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 2; Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, terdapat 15 orang atau sebanyak 75% orang anak berada pada katagori Belum Berkembang (BB), 3 orang atau sebanyak 15% berada pada katagori Mulai Berkembang (MB), 2 orang anak atau sebanyak 10% berada pada katagori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan untuk katagori terakhir yaitu Berkembang sangat baik berjumlah 0 orang anak, atau dengan kata lain tidak ada sama sekali.

Maka berdasarkan tabel di atas, perbedaan kemampuan pembiasaan hidup sehat pada anak dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Grafik 1

Kondisi Awal Sebelum Dilakukannya Tindakan

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, maka persentase anak yang berkembang sesuai dengan harapan dan yang berkembang sangat baik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10

Kondisi awal Pembiasaan Perilaku Hidup Sehat anak Kelompok B RA Al-Munnawar Kabupaten Batu Bara

No	Indikator	F3	F4	Persentase (%) (P)%
		BSH	BSB	
1	Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat	1	0	5%
		5%	0%	
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan	2	0	10%
		10%	0%	
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	2	0	10%
		10%	0%	

4	Rata-Rata	8,33%
---	-----------	-------

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa kondisi awal pembelajaran sebelum dilaksanakannya tindakan penelitian masih rendah. Hal ini dapat dilihat dari besarnya rata-rata persentase dari indikator pencapaian yang hanya menunjukkan angka sebesar 8,33% saja. Nilai rerata ini diambil dengan cara menjumlahkan persentase yang terdapat pada setiap indikator yang kemudian jumlah tersebut dibagikan dengan jumlah banyaknya indikator yang digunakan.

Berdasarkan tabel di atas diperoleh data bahwa untuk indikator 1 yaitu Anak mengetahui kategori perilaku hidup sehat, menunjukkan persentase sebesar 5% pada indikator 2 yaitu, Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan sebesar 10%, dan pada indikator 3 yaitu, Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran menunjukkan nilai persentase sebesar 10%.

Berdasarkan paparan data di atas diketahui bahwa pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak kelompok B di RA Al Munnawar dapat dikategorikan rendah dan sudah sepatutnya untuk ditingkatkan. Menanggapi hal tersebut, peneliti menyusun beberapa langkah untuk meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak. Adapun langkah-langkah yang dimaksudkan di atas adalah dengan melakukan kegiatan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan dalam 3 siklus.

1. Refleksi Kegiatan

Setelah dilakukannya observasi awal terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak didapatkan refleksi sebagai berikut:

a. Refleksi Kekuatan

- 1) Kegiatan dan indikator sesuai dengan tingkat perkembangan anak
- 2) Materi yang disajikan belum sesuai dengan kemampuan anak
- 3) Alat penilaian sesuai dengan tingkat perkembangan anak

b. Refleksi Kelemahan

- 1) Anak masih suka memamakan jajanan sembarangan
- 2) Pengelolaan tempat yang kurang memadai

- 3) Kurangnya alat-alat serta fasilitas untuk mengaplikasikan perilaku hidup sehat
- 4) Kurangnya pengarahan dan motivasi kepada anak terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat

2. Evaluasi Kegiatan

Berdasarkan refleksi yang didapatkan melalui kegiatan observasi awal, maka peneliti menyusun langkah perbaikan yang harus dilakukan pada siklus 1 nantinya, adapun evaluasi yang diperoleh berdasarkan observasi awal adalah sebagai berikut:

- a) Metode dan materi pembelajaran yang akan dilaksanakan pada siklus 1 sebaiknya sesuai dengan tingkatan perkembangan anak.
- b) Alat penilaian sesuai dengan tingkat kembang anak
- c) Guru melakukan pengarahan terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat.
- d) Guru menyampaikan manfaat melakukan pembiasaan perilaku hidup sehat.
- e) Guru menyampaikan kerugian atau bahaya apabila tidak melakukan pembiasaan hidup sehat
- f) Guru melakukan motivasi kepada anak, untuk melakukan tindakan pembiasaan hidup sehat.

Setelah mengetahui refleksi dari kegiatan sebelumnya dan telah mengetahui tindakan evaluasi yang harus dilakukan pada langkah selanjutnya, diharapkan dapat memudahkan peneliti dalam meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat anak dengan menggunakan metode *roll play* pada kegiatan tindakan penelitian selanjutnya.

B. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus 1

Dalam pelaksanaan siklus 1, peneliti membaginya menjadi 4 tahap kegiatan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, tahap pengamatan dan penilaian (analisis), dan tahap refleksisasi. Adapun rincian kegiatan yang dilakukan pada setiap tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Tahap Perencanaan

Untuk melakukan tahap ini, peneliti beracuan kepada hasil dari evaluasi yang telah dilakukan pada observasi sebelumnya. Adapun rincian terkait dari kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut:

- a) Membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan dalam siklus I
- b) Membuat rencana kegiatan harian (RKH) terkait dengan kegiatan penelitian yang hendak dilakukan.
- c) Mempersiapkan metode dan media pembelajaran terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan.
- d) Mempersiapkan instrumen lembar kerja penelitian untuk guru dan anak.
- e) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati perkembangan serta perubahan yang terjadi terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat yang menjadi tujuan dari dilakukannya penelitian ini.
- f) Mempersiapkan pembelajaran dengan menggunakan metode *roll playing*.
- g) Melaksanakan hasil evaluasi yang diperoleh pada kegiatan prasiklus

Dengan dilakukann perencanaan ini, diharapkan dapat meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak kelompok B di RA Al-Munnawar, Kabupaten Batu Bara.

2. Tahap Pelaksanaan

- a) Guru peneliti menyusun sistematika pelaksanaan kegiatan pembelajaran bersama guru pengamat/kolabor.
- b) Guru peneliti melaksanakan kegiatan perbaikan pembelajaran sesuai rencana pelaksanaan perbaikan pembelajaran serta hasil evaluasi yang dilakukan pada kegiatan prasiklus.
- c) Guru memberi penilaian terhadap peningkatan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak.
- d) Guru memberi semangat (motivasi) kepada anak dalam melaksanakan kegiatan.
- e) Mendokumentasikan kegiatan anak dengan memajangkan hasil karya anak yang mengalami perubahan.

3. Tahap Pengamatan dan Penilaian

Pada tahap ini bertujuan untuk mengamati perubahan dari pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak. Hal ini dilakukan dengan cara mengumpulkan

data yang diperlukan terkait dengan kegiatan penelitian yang dilaksanakan. Adapun kegiatan yang akan dilakukan pada tahap pengamatan ini adalah:

- a) Melaksanakan pengamatan observasi, kegiatan ini dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.
- b) Membuat catatan observasi.

Berdasarkan hasil pengamatan melalui kegiatan observasi yang dilakukan oleh guru peneliti dan guru kolabor yang dilakukan selama kegiatan penelitian serta pasca dilakukakannya kegiatan diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 11
Lembar Evaluasi Hasil Observasi Siklus 1

No	Nama Anak	Anak mampu menghasilkan lukisan yang berbeda dari temannya				Anak dapat melukis sesuai dengan tema yang disajikan				Anak mampu untuk berkreasi dengan menggunakan media yang disediakan			
		B B	M B	B S H	B S B	B B	M B	B S H	B S B	B B	M B	B S H	B S B
1	Al-Fajril Ramadan		✓				✓			✓			
2	Angga		✓				✓			✓			
3	Azzahra Syahira Dafa		✓			✓				✓			
4	Daffa Alfian		✓			✓				✓			
5	Ibnu Afwan	✓				✓				✓			
6	Ishaq Nawawi		✓			✓				✓			
7	Khadafi Anugrah		✓			✓				✓			
8	Khairunisa		✓			✓				✓			
9	M. Aidil Akbar	✓				✓				✓			
10	Muhammad Al-Fazli		✓			✓				✓			
11	Muhammad Yakin		✓				✓			✓			

12	Nadin Amanda		✓				✓				✓		
13	Nasya Rahmadani		✓				✓				✓		
14	Nur Hasanah		✓					✓			✓		
15	Puan Walya Nur Ibni		✓				✓					✓	
16	Rahmah		✓			✓						✓	
17	Raihan Ali				✓			✓				✓	
18	Satria Lubis	✓					✓				✓		
19	Siti Nur Haliza		✓				✓				✓		
20	Soleha		✓				✓				✓		

Keterangan BB = Belum Berkembang
 MB = Mulai Berkembang
 BSH = Berkembang Sesuai Harapan
 BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas, hasil kemampuan anak dalam menunjukkan sikap bertanggungjawab dalam kegiatan proyek, dapat disimpulkan ke dalam tabel di bawah ini dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana: P = Angka persentase
 F = Jumlah anak yang mengalami perubahan
 n = Jumlah seluruh anak

Setelah data yang diperoleh pada lembar observasi diolah dengan menggunakan rumus di atas, maka didapatkan hasil seperti apa yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 12
 Kondisi Setelah Tindakan Siklus 1

No	Indikator	f1	f2	f3	f4	Jumlah Anak (n)
		BB	MB	BSH	BSB	(P) %
1	Anak mengetahui aspek perilaku hidup sehat	3	16	0	1	20
		15%	80%	0%	5%	100%
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan	4	11	5	0%	20
		20%	55%	25%	0%	100%
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	5	12	3	0	20
		25%	60%	15%	0%	100%

Keterangan BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa untuk melihat pembiasaan hidup sehat anak, peneliti melakukan pengamatan yang dibagi ke dalam 3 katagori atau indikator dimana Indikator 1: Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat, Indikator 2: Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, dan indikator 3 atau Indikator terakhir adalah: Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran.

Untuk melihat katagori kemampuan anak, peneliti membaginya kedalam 4 katagori dimana katagori 1 adalah belum berkembang, katagori 2 adalah mulai berkembang, katagori 3 adalah berkembang sesuai harapan, dan katagori 4 adalah berkembang sangat baik.

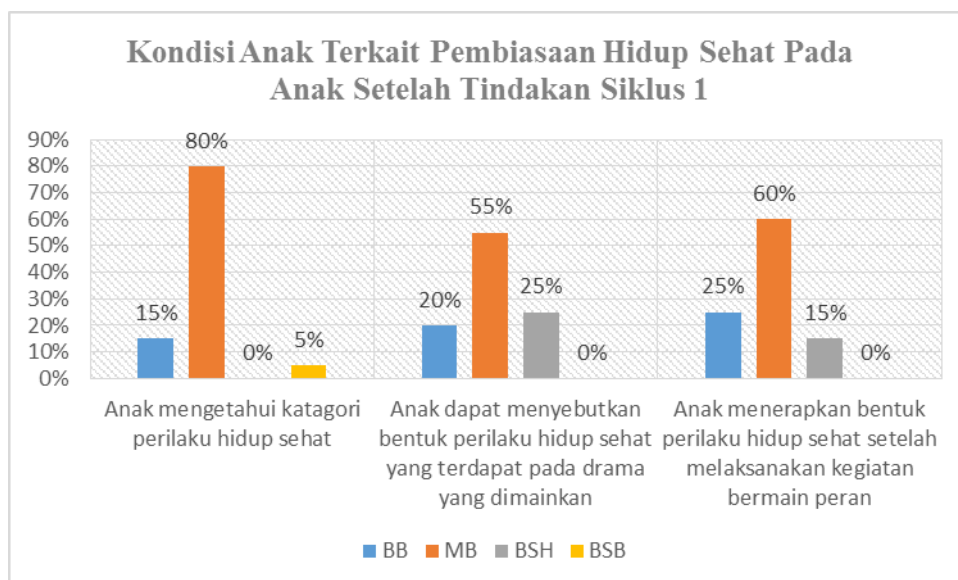
Berdasarkan hasil obeservasi tindakan siklus 1 di ketahui bahwa:

- a) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 1 yaitu Anak mengetahui aspek perilaku hidup sehat, 15% diantaranya atau setara dengan 3 orang, termasuk ke dalam katagori belum berkembang (BB), 16 orang anak termasuk ke dalam katagori mulai berkembang atau setara dengan 80% (MB) dan 0% untuk katagori berkembang sesuai

harapan (BSH) dan 1 orang anak berada dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) dengan persentase sebesar 5%.

- b) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 2 yaitu anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, untuk katagori belum berkembang berkembang (BB) berjumlah 4 orang dengan persentase sebesar 20%, mulai berkembang (MB) berjumlah 11 orang dengan persentase 55%, berkembang sesuai harapan (BSH) berjumlah 5 orang dengan persentase 25%, dan untuk anak yang termasuk ke dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) sama seperti kondisi sebelumnya yakni berjumlah 0 atau tidak ada sama sekali.
- c) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 3 yaitu, Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran, untuk katagori belum berkembang berkembang (BB) berjumlah 5 orang dengan persentase sebesar 25%, mulai berkembang (MB) berjumlah 12 orang dengan persentase 60%, berkembang sesuai harapan (BSH) berjumlah 3 orang dengan persentase 15%, dan untuk anak yang termasuk ke dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) sama seperti katagori sebelumnya yakni berjumlah 0 atau tidak ada sama sekali.

Maka berdasarkan tabel di atas, perbedaan perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Grafik 2

Kondisi Anak Setelah Tindakan Siklus 1

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, maka persentase anak yang berkembang sesuai dengan harapan dan yang berkembang sangat baik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 13

Kondisi Anak pada katagori BSH dan BSB Setelah Tindakan Siklus 1

No	Indikator	F3	F4	Persentase (%)
		BSH	BSB	(P)%
1	Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat	0	1	5%
		0%	5%	
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan	5	0%	25%
		25%	0%	
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	3	0	15%
		15%	0%	
4	Rata-Rata			15%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa kondisi anak pasca tindakan penelitian siklus 1 masih rendah. Hal ini dapat dilihat dari besarnya rata-rata persentase dari indikator pencapaian yang hanya menunjukkan angka sebesar 15% saja. Nilai rerata ini diambil dengan cara menjumlahkan persentase yang terdapat pada setiap indikator yang kemudian jumlah tersebut dibagi dengan jumlah banyaknya indikator yang digunakan. Nilai ini hanya mengalami peningkatan sebesar 6,67 % saja dibandingkan dengan hasil yang diperoleh pada observasi prasiklus dimana pada saat kegiatan prasiklus persentase rata-rata kemampuan anak menunjukkan angka 8,33%.

Data yang diperoleh pada tindakan penelitian siklus pertama benar menunjukkan nilai persentase perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat yang sangat rendah, akan tetapi hasil yang diperoleh pada siklus ini, tidak dapat dikatakan gagal secara penuh. Berdasarkan grafik 2 di atas dapat kita lihat bahwa terjadi penurunan yang signifikan terhadap nilai persentase pada kategori anak belum berkembang (BB), sebanyak 50% penurunan terjadi pasca dilakukannya tindakan penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa hasil evaluasi yang dilakukan guru terhadap tindakan observasi sebelumnya telah membuahkan hasil, walaupun belum dapat dikatakan berhasil secara maksimal.

Pada kategori kemampuan anak mulai berkembang (MB) terjadi peningkatan sebanyak 50%, nilai yang berbanding terbalik dengan kategori kemampuan anak sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa, anak yang sebelumnya berada pada kategori belum berkembang (BB) telah meningkat kemampuannya sehingga dapat dikatakan mulai berkembang (MB) hal inilah yang menyebabkan terjadinya peningkatan pada kategori ini.

Hal yang senada juga terjadi pada kategori kemampuan anak berkembang sesuai harapan (BSH). Walaupun terjadi penurunan nilai persentase kemampuan anak pada kategori ini sebesar 5 % akan tetapi hal ini menunjukkan dampak yang baik karena, anak yang sebelumnya memiliki kemampuan pada kategori ini, telah meningkat kemampuannya dan berhasil masuk kedalam kategori berkembang sangat baik. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan dengan nilai persentase yang sama pada indikator ini.

Pada indikator ke 2, untuk katagori kemampuan anak belum berkembang (BB) terjadi penurunan sebesar 30%, dimana pada kondisi awal menunjukkan nilai sebesar 50% telah menurun menjadi 20%. Pada katgori kemampuan anak mulai berkembang (MB) terjadi peningkatan sebesar 15% dimana pada kondisi awal menunjukkan angka sebesar 40% berubah menjadi 55%.

Pada katagori kemampuan anak berkembang sesuai harapan (BSH) terjadi peningkatan nilai persentase sebesar 15% dimana pada kondisi awal menunjukkan nilai 10% berubah menjadi 25% pasca dilakukannya tindakan penelitian siklus 1 ini. Sedangkan untuk katagori perkembangan anak berkembang sangat baik (BSB) masih berada pada kondisi yang sama seperti hasil observasi kondisi awal yang pernah dilakukan oleh peneliti yakni sebesar 0%.

Hasil yang diperoleh pada siklus 1 khususnya pada indikator 2 ini menunjukkan bahwa walaupun untuk katagori kemampuan anak berkembang sesuai harapan (BSH) dan berkembang sangat baik (BSB) tidak menunjukkan perkembangan yang signifikan, akan tetapi kemampuan anak tetap berkembang secara perlahan dan sudah menunjukkan progres yang sangat baik dengan ditandai menurunnya kemampuan anak pada katagori belum berkembang (BB) menjadi mulai berkembang (MB).

Pada indikator 3 yaitu, anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran, untuk katagori kemampuan anak belum berkembang (BB) terjadi penurunan sebesar 50%, dimana pada kondisi awal menunjukkan nilai sebesar 75% telah menurun menjadi 25%. Pada katgori kemampuan anak mulai berkembang (MB) terjadi peningkatan sebesar 45% dimana pada kondisi awal menunjukkan angka sebesar 15% berubah menjadi 60%.

Pada katagori kemampuan anak berkembang sesuai harapan (BSH) terjadi peningkatan nilai persentase sebesar 5% dimana pada kondisi awal menunjukkan nilai 10% berubah menjadi 15% pasca dilakukannya tindakan penelitian siklus 1 ini. Sedangkan untuk katagori perkembangan anak berkembang sangat baik (BSB) masih berada pada kondisi yang sama seperti hasil observasi kondisi awal yang pernah dilakukan oleh peneliti yakni sebesar 0%.

Berdasarkan paparan data di atas dapat disimpulkan bahwa, hasil yang diperoleh pada tindakan penelitian siklus 1 ini sudah menunjukkan progres yang sangat baik walaupun belum sesuai dengan harapan yang ingin dicapai oleh peneliti, oleh karena itu berdasarkan hasil ini peneliti memutuskan untuk melanjutkan penelitian tindakan kelas ini pada siklus selanjutnya.

4. Tahap Refleksi dan Perencanaan Ulang

Melalui paparan data yang diperoleh pada siklus 1, walupun terjadi perkembangan pada anak, akan tetapi perkembangan yang diperoleh belum menunjukkan hasil yang sesuai dengan harapan peneliti. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa hal terkait dengan persiapan serta pelaksanaan dari kegiatan itu sendiri. Berikut adalah refleksi yang diperoleh setelah peneliti melakukan tindakan penelitian siklus 1.

Adapun keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada siklus 1 adalah:

- a. Kekuatan atau kelemahan tindakan perbaikan kegiatan
 - 1) Kekuatan
 - ✓ Kegiatan dan indikator sesuai tingkat perkembangan anak
 - ✓ Materi yang disajikan sudah sesuai kemampuan anak
 - ✓ Strategi yang digunakan bervariasi sesuai dengan materi yang seharusnya
 - ✓ Anak tertarik dalam melaksanakan kegiatan
 - 2) Kelemahan
 - Masih adanya penjelasan guru kurang dapat dipahami anak.
 - Bentuk kegiatan atau metode yang disajikan masih belum familiar dengan anak.
 - Masih adanya anak yang kurang memperhatikan guru, pada saat melakukan pengarahan.
 - Kurangnya motivasi yang dilakukan kepada anak.
 - Hasil yang diperoleh anak belum memuaskan
- b. Kekuatan atau kelemahan diri dalam merancang dan melakukan tindakan perbaikan kegiatan pengembangan

1) Kekuatan

- ✓ Adanya perencanaan yang peneliti lakukan sebelumnya, sehingga dapat memudahkan peneliti dalam melakukan kegiatan mengajar di depan kelas
- ✓ Berusaha melakukan teknik variasi pada saat mengajar.
- ✓ Tindakan perencanaan dilakukan berdasarkan hasil evaluasi pada observasi yang dilakukan pada prasiklus

2) Kelemahan

- Peneliti kurang mengantisipasi kondisi kelas pada saat dilakukannya kegiatan *roll play*, sehingga menyebabkan kondisi kelas yang kurang kondusif.
- Kurang melakukan konfirmasi dan diskusi dengan teman sejawat dalam merancang kegiatan agar lebih baik
- Penerapan hasil evaluasi pada tindakan observasi sebelumnya, tidak dilakukan secara maksimal

c. Refleksi pelaksanaan perbaikan untuk siklus 2

1) Refleksi komponen kegiatan

- Kegiatan yang dilakukan sesuai dengan indikator dan tingkat perkembangan
- Materi yang disajikan sesuai perkembangan anak
- Strategi pembelajaran yang digunakan membuat anak bereaksi dan tertarik terhadap kegiatan yang dilakukan
- Alat penilaian yang digunakan sesuai dengan tingkat perkembangan anak

2) Refleksi proses kegiatan

- Pelaksanaan kegiatan sesuai RKH yang disusun dan sebagai pedoman pelaksanaan kegiatan
- Kelemahan dalam mengantisipasi kondisi kelas harus diatasi
- Dalam melaksanakan kegiatan pada umumnya tidak terdapat kelemahan, namun penggunaan media dan strategi serta penjelasan kegiatan perlu ditingkatkan dan dikembangkan.

Berdasarkan hasil refleksi peneliti memutuskan untuk merencanakan siklus2, karena berdasarkan hasil kemampuan pembiasaan perilaku hidup sehat anak melalui metode *roll play* yang dilakukan pada siklus 1, belum mencapai hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkan oleh peneliti. Penelitian ini dapat dikatakan berhasil apabila persentase yang menunjukkan pembiasaan perilaku hidup sehat anak mencapai angka 70%.

C. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus 2

1. Tahap Perencanaan

Untuk melakukan tahap ini, peneliti beracuan kepada hasil dari evaluasi yang telah dilakukan pada observasi sebelumnya. Adapun rincian terkait dari kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut:

- a) Membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan dalam siklus 2
- b) Membuat skenario perbaikan
 - 1) Membuat rencana kegiatan harian (RKH) terkait dengan kegiatan penelitian yang hendak dilakukan.
 - 2) Mempersiapkan metode dan media pembelajaran terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan.
 - 3) Mempersiapkan instrumen lembar kerja penelitian untuk guru dan anak.
 - 4) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati perkembangan serta perubahan yang terjadi terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat yang menjadi tujuan dari dilakukannya penelitian ini.
 - 5) Mempersiapkan pembelajaran dengan menggunakan metode *roll playing*.
- c) Melaksanakan skenario perbaikan yang dibuat untuk kegiatan penelitian siklus 2

2. Tahap Pelaksanaan

Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah:

- a) Menjelaskan kepada peserta didik tentang pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- b) Melakukan pendekatan kepada peserta didik.

- c) Menjelaskan kepada peserta didik tentang materi yang akan diajarkan.
- d) Memberi motivasi kepada peserta didik terkait dengan materi yang disampaikan.
- e) Memberikan penguatan kepada peserta didik.
- f) Mengganti tema atau naskah cerita pada kegiatan roll play yang akan dilakukan.

3. Tahap Pengamatan dan Penilaian

Pada tahap ini bertujuan untuk mengamati perubahan dari pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak. Hal ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang diperlukan terkait dengan kegiatan penelitian yang dilaksanakan. Adapun kegiatan yang akan dilakukan pada tahap pengamatan ini adalah:

- a) Melaksanakan pengamatan observasi, kegiatan ini dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.
- b) Membuat catatan observasi.

Berdasarkan hasil pengamatan melalui kegiatan observasi yang dilakukan oleh guru peneliti dan guru kolabor yang dilakukan selama kegiatan penelitian siklus 2 serta pasca dilakukakannya kegiatan siklus 2 diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 14

Lembar Evaluasi Hasil Observasi Siklus 2

No	Nama Anak	Anak mampu menghasilkan lukisan yang berbeda dari temannya				Anak dapat melukis sesuai dengan tema yang disajikan				Anak mampu untuk berkreasi dengan menggunakan media yang disediakan			
		B	M	B	B	B	M	B	B	B	M	B	B
1	Al-Fajril Ramadan			✓				✓				✓	
2	Angga			✓					✓			✓	

3	Azzahra Syahira Dafa			✓				✓			✓		
4	Daffa Alfian		✓				✓				✓		
5	Ibnu Afwan		✓			✓					✓		
6	Ishaq Nawawi			✓				✓				✓	
7	Khadafi Anugrah		✓				✓			✓			
8	Khairunisa			✓			✓				✓		
9	M. Aidil Akbar	✓				✓				✓			
10	Muhammad Al-Fazli			✓			✓				✓		
11	Muhammad Yakin			✓				✓			✓		
12	Nadin Amanda			✓			✓				✓		
13	Nasya Rahmadani		✓					✓				✓	
14	Nur Hasanah			✓				✓				✓	
15	Puan Walya Nur Ibni			✓			✓						✓
16	Rahmah			✓				✓				✓	
17	Raihan Ali				✓				✓				✓
18	Satria Lubis		✓			✓					✓		
19	Siti Nur Haliza		✓			✓						✓	
20	Soleha		✓			✓						✓	

Keterangan BB = Belum Berkembang
 MB = Mulai Berkembang
 BSH = Berkembang Sesuai Harapan
 BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas, hasil kemampuan anak dalam menunjukkan sikap bertanggungjawab dalam kegiatan proyek, dapat disimpulkan ke dalam tabel di bawah ini dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana: P = Angka persentase
 F = Jumlah anak yang mengalami perubahan
 n = Jumlah seluruh anak

Setelah data yang diperoleh pada lembar observasi diolah dengan menggunakan rumus di atas, maka didapatkan hasil seperti apa yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 15
 Kondisi setelah tindakan Siklus 2

No	Indikator	f1	f2	f3	f4	Jumlah Anak (n)
		BB	MB	BSH	BSB	(P) %
1	Anak mengetahui aspek perilaku hidup sehat	1	7	11	1	20
		5%	35%	55%	5%	100%
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan	2	9	7	2	20
		10%	45%	35%	10%	100%
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	2	6	10	2	20
		10%	30%	50%	10%	100%

Keterangan BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa untuk melihat pembiasaan hidup sehat anak, peneliti melakukan pengamatan yang dibagi ke dalam 3 katagori atau indikator dimana Indikator 1: Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat, Indikator 2: Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, dan indikator 3 atau

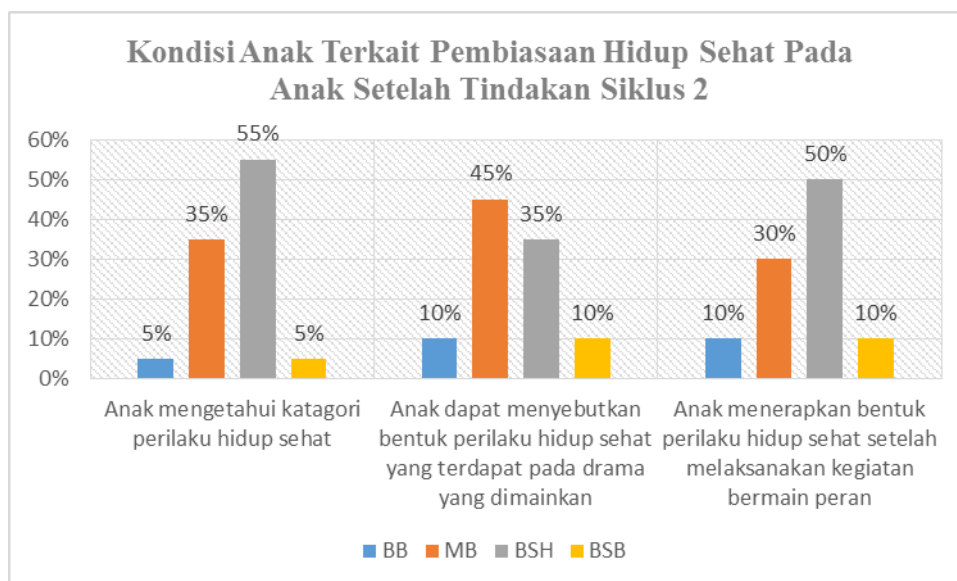
Indikator terakhir adalah: Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran.

Untuk melihat katagori kemampuan anak, peneliti membaginya kedalam 4 katagori dimana katagori 1 adalah belum berkembang (BB), katagori 2 adalah mulai berkembang (MB), katagori 3 adalah berkembang sesuai harapan (BSH), dan katagori 4 adalah berkembang sangat baik (BSB).

Berdasarkan hasil obeservasi tindakan siklus 2 di ketahui bahwa:

- a) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 1 yaitu Anak mengetahui aspek perilaku hidup sehat, 5% diantaranya atau setara dengan 1 orang anak, termasuk ke dalam katagori belum berkembang (BB), 7 orang anak atau setara dengan 35% termasuk ke dalam katagori mulai berkembang (MB) 11 orang anak atau setara dengan 55% termasuk ke dalam katagori berkembang sesuai harapan (BSH) dan 1 orang anak berada dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) dengan persentase sebesar 5%.
- b) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 2 yaitu anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, untuk katagori belum berkembang berkembang (BB) berjumlah 2 orang dengan persentase sebesar 10%, mulai berkembang (MB) berjumlah 9 orang dengan persentase 45%, berkembang sesuai harapan (BSH) berjumlah 7 orang dengan persentase 35%, dan untuk anak yang termasuk ke dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) berjumlah 2 orang dengan persentase 10%.
- c) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 3 yaitu, Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran, untuk katagori belum berkembang berkembang (BB) berjumlah 2 orang dengan persentase sebesar 10%, mulai berkembang (MB) berjumlah 6 orang dengan persentase 30%, berkembang sesuai harapan (BSH) berjumlah 10 orang dengan persentase 50%, dan untuk anak yang termasuk ke dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) berjumlah 2 orang dengan persentase 10%.

Berdasarkan hasil yang diperoleh di atas, diketahui bahwa terdapat beberapa perubahan positif terkait dengan kemampuan anak terhadap pembiasaan perilaku hidup sehat yang dilaksanakan pada siklus 2 ini. Untuk melihat perbedaan perkembangan kemampuan anak tersebut maka, berdasarkan tabel di atas, perbedaan perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Grafik 3

Kondisi Anak Setelah Tindakan Siklus 2

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, maka persentase anak yang berkembang sesuai dengan harapan dan yang berkembang sangat baik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 16

Kondisi Anak pada kategori BSH dan BSB Setelah Tindakan Siklus 2

No	Indikator	F3	F4	Persentase (%) (P)%
		BSH	BSB	
1	Anak mengetahui kategori perilaku hidup sehat	11	1	60%
		55%	5%	
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang	7	2	45%
		35%	10%	

	dimainkan			
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	10	2	60%
		50%	10%	
4	Rata-Rata			55%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa kondisi anak pasca tindakan penelitian siklus 2 dapat dikatakan sudah meningkat secara cukup signifikan. Hal ini dapat dilihat dari besarnya rata-rata persentase dari indikator pencapaian yang hanya menunjukkan angka sebesar 55%. Nilai rerata ini diambil dengan cara menjumlahkan persentase yang terdapat pada setiap indikator yang kemudian jumlah tersebut dibagi dengan jumlah banyaknya indikator yang digunakan. Nilai ini mengalami peningkatan sebesar 40 % dibandingkan dengan hasil yang diperoleh pada kegiatan tindakan penelitian siklus 2 dimana pada saat kegiatan prasiklus persentase rata-rata kemampuan anak menunjukkan angka 15%.

Peningkatan nilai persentase ini terjadi dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada nilai persentase pada katagori lainnya yang cenderung lebih rendah tingkat kemampuannya. Pada katagori anak belum berkembang (BB) misalnya, pada indikator 1 terjadi penurunan sebesar 10% dimana pada kondisi siklus 1 pada indikator ini menunjukkan nilai sebesar 15% dan pada siklus 2 ini menjadi hanya 5% saja. Pada indikator 2, katagori ini juga mengalami penurunan, dimana pada kondisi siklus 2 ini nilai persentase menunjukkan angka 10% pada siklus sebelumnya yakni siklus 1 nilai persentase menunjukkan angka sebesar 20% dengan kata lain terjadi penurunan sebesar 10%. Pada indikator 3 untuk katagori ini terjadi penurunan sebesar 15% dimana pada siklus 1 kondisi ini menunjukkan nilai persentase sebesar 25%, pada siklus 2 ini berubah menjadi 10% saja.

Untuk katagori kemampuan anak mulai berkembang (MB), pada indikator 1 terjadi penurunan nilai sebesar 45% dimana pada siklus 1 menunjukkan nilai persentase sebesar 80%, berubah menjadi 35% pada siklus 2 ini. Pada indikator

2, katagori ini juga mengalami penurunan, dimana pada kondisi siklus 2 ini nilai persentase menunjukkan angka 45% pada siklus sebelumnya yakni siklus 1 nilai persentase menunjukkan angka sebesar 55% dengan kata lain terjadi penurunan sebesar 10%. Pada indikator 3 untuk katagori ini terjadi penurunan sebesar 30% dimana pada siklus 1 kondisi ini menunjukkan nilai persentase sebesar 60%, pada siklus 2 ini berubah menjadi 30%.

Penurunan-penurunan inilah yang menyebabkan terjadinya peningkatan nilai persentase keberhasilan yang diperoleh pada siklus 2 ini. Hal ini terbukti dengan meningkatnya kemampuan anak pada setiap indikator. Untuk kemampuan anak pada katagori berkembang sesuai dengan harapan (BSH) terjadi peningkatan sebesar 55% untuk indikator 1, dimana pada kondisi siklus 1 nilai persentase pada indikator ini menunjukkan nilai persentase sebesar 0% telah berubah menjadi 55%. Untuk indikator 2, dimana pada kondisi siklus 1 nilai persentase pada siklus ini menunjukkan nilai sebesar 25% telah berubah menjadi 35%. Dengan kata lain terjadi peningkatan sebesar 10% untuk indikator ini. Pada indikator 3 terjadi peningkatan sebesar 35% dimana pada siklus 1 nilai persentase pada indikator ini hanya menunjukkan nilai persentase sebesar 15%, pada siklus 2 ini berubah menjadi 50%.

Untuk katagori kemampuan anak berkembang sangat baik (BSB) tidak terjadi peningkatan apapun untuk indikator 1, dengan kata lain nilai persentase pada indikator ini tetap menunjukkan nilai persentase sebesar 5% sama seperti pada siklus sebelumnya. Untuk indikator 2, dimana pada kondisi siklus 1 nilai persentase pada siklus ini menunjukkan nilai sebesar 0% telah berubah menjadi 10% pada siklus 2 ini. Dengan kata lain terjadi peningkatan sebesar 10% untuk indikator ini. Pada indikator 3 terjadi peningkatan sebesar 10% dimana pada siklus 1 nilai persentase pada indikator ini hanya menunjukkan nilai persentase sebesar 0%, pada siklus 2 ini berubah menjadi 10%.

Berdasarkan paparan data di atas diketahui bahwa telah terjadi perubahan yang positif terhadap kemampuan anak kelompok B RA Al Munnawar, Kabupaten Batu Bara, terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat. Perubahan-perubahan ini dapat terjadi dikarenakan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi seperti, adanya faktor kebiasaan atau rutinitas yang dilakukan

selama 2 minggu sejak dilakukannya penelitian, anak sudah familiar dengan metode pembelajaran yang digunakan, pengarahan yang dilakukan oleh guru secara terus menerus, dan masih banyak lagi. Untuk mengetahui lebih jelasnya, terkait dengan refleksi yang diperoleh oleh peneliti. Peneliti akan menyampaikan hasil refleksi tersebut pada sub-bab selanjutnya.

4. Tahap Refleksi dan Perencanaan Ulang

Melalui paparan data yang diperoleh pada siklus 2, walupun terjadi perkembangan pada anak, akan tetapi perkembangan yang diperoleh belum menunjukkan hasil yang sesuai dengan harapan peneliti. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa hal terkait dengan persiapan serta pelaksanaan dari kegiatan itu sendiri. Berikut adalah refleksi yang diperoleh setelah peneliti melakukan tindakan penelitian siklus 2.

Adapun keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada siklus 2 adalah:

- a. Kekuatan atau kelemahan tindakan perbaikan kegiatan
 - 1) Kekuatan
 - ✓ Kegiatan dan indikator sesuai tingkat perkembangan anak
 - ✓ Materi yang disajikan sudah sesuai kemampuan anak
 - ✓ Strategi yang digunakan bervariasi sesuai dengan materi yang seharusnya
 - ✓ Anak tertarik dalam melaksanakan kegiatan
 - ✓ Anak sudah mulai terbiasa dengan metode yang disajikan
 - 2) Kelemahan
 - Masih adanya penjelasan guru kurang dapat dipahami anak.
 - Masih adanya anak yang kurang memperhatikan guru, pada saat melakukan pengarahan.
 - Hasil yang diperoleh anak belum memuaskan
- b. Kekuatan atau kelemahan diri dalam merancang dan melakukan tindakan perbaikan kegiatan pengembangan
 - 1) Kekuatan

- ✓ Adanya perencanaan yang peneliti lakukan sebelumnya, sehingga dapat memudahkan peneliti dalam melakukan kegiatan mengajar di depan kelas
- ✓ Berusaha melakukan teknik variasi pada saat mengajar.
- ✓ Adanya tindakan motivasi yang dilakukan guru kepada anak
- ✓ Tindakan perencanaan dilakukan berdasarkan hasil evaluasi pada observasi yang dilakukan pada siklus 1

2) Kelemahan

- Peneliti kurang mengantisipasi kondisi kelas pada saat dilakukannya kegiatan *roll play*, sehingga menyebabkan kondisi kelas yang kurang kondusif.
- Kurang melakukan konfirmasi dan diskusi dengan teman sejawat dalam merancang kegiatan agar lebih baik
- Penerapan hasil evaluasi pada tindakan observasi sebelumnya, tidak dilakukan secara maksimal

c. Refleksi pelaksanaan perbaikan untuk siklus 3

1) Refleksi komponen kegiatan

- Kegiatan yang dilakukan sesuai dengan indikator dan tingkat perkembangan
- Materi yang disajikan sesuai perkembangan anak
- Strategi pembelajaran yang digunakan membuat anak bereaksi dan tertarik terhadap kegiatan yang dilakukan
- Alat penilaian yang digunakan sesuai dengan tingkat perkembangan anak

2) Refleksi proses kegiatan

- Pelaksanaan kegiatan sesuai RKH yang disusun dan sebagai pedoman pelaksanaan kegiatan
- Kelemahan dalam mengantisipasi kondisi kelas harus diatasi
- Dalam melaksanakan kegiatan pada umumnya tidak terdapat kelemahan, namun penggunaan media dan strategi serta penjelasan kegiatan perlu ditingkatkan dan dikembangkan.

Berdasarkan hasil refleksi peneliti memutuskan untuk merencanakan siklus 3, karena berdasarkan hasil kemampuan pembiasaan perilaku hidup sehat anak melalui metode *roll play* di RA Al-Munnawar, Kabupaten Batu Bara yang dilakukan pada siklus 2, belum mencapai hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkan oleh peneliti. Penelitian ini dapat dikatakan berhasil apabila persentase yang menunjukkan pembiasaan perilaku hidup sehat anak mencapai angka 70%.

D. Deskripsi Hasil Penelitian Siklus 3

1. Tahap Perencanaan

Untuk melakukan tahap ini, peneliti beracuan kepada hasil dari evaluasi yang telah dilakukan pada observasi sebelumnya. Adapun rincian terkait dari kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah sebagai berikut:

- a) Membuat rancangan kegiatan yang akan dilakukan dalam siklus 3
- b) Membuat skenario perbaikan
 - 1) Membuat rencana kegiatan harian (RKH) terkait dengan kegiatan penelitian yang hendak dilakukan.
 - 2) Mempersiapkan metode dan media pembelajaran terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan.
 - 3) Mempersiapkan instrumen lembar kerja penelitian untuk guru dan anak.
 - 4) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati perkembangan serta perubahan yang terjadi terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat yang menjadi tujuan dari dilakukannya penelitian ini.
 - 5) Mempersiapkan pembelajaran dengan menggunakan metode *roll playing*.
 - 6) Memotivasi anak terkait dengan kegiatan yang dilaksanakan.
- c) Melaksanakan skenario perbaikan yang dibuat untuk kegiatan penelitian siklus 3

2. Tahap Pelaksanaan

Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah:

- a) Menjelaskan kepada peserta didik tentang pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- b) Melakukan pendekatan kepada peserta didik.
- c) Menjelaskan kepada peserta didik tentang materi yang akan diajarkan.
- d) Memberi motivasi kepada peserta didik terkait dengan materi yang disampaikan.
- e) Memberikan penguatan kepada peserta didik.
- f) Mengganti tema atau naskah cerita pada kegiatan *roll play* yang akan dilakukan.

3. Tahap Pengamatan dan Penilaian

Pada tahap ini bertujuan untuk mengamati perubahan dari pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak. Hal ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang diperlukan terkait dengan kegiatan penelitian yang dilaksanakan. Adapun kegiatan yang akan dilakukan pada tahap pengamatan ini adalah:

- a) Melaksanakan pengamatan observasi, kegiatan ini dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.
- b) Membuat catatan observasi.

Berdasarkan hasil pengamatan melalui kegiatan observasi yang dilakukan oleh guru peneliti dan guru kolabor yang dilakukan selama kegiatan penelitian siklus 3 serta pasca dilakukakannya kegiatan siklus 3 diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 17
Lembar Evaluasi Hasil Observasi Siklus 3

No	Nama Anak	Anak mampu menghasilkan lukisan yang berbeda dari temannya				Anak dapat melukis sesuai dengan tema yang disajikan				Anak mampu untuk berkreasi dengan menggunakan media yang disediakan			
		B B	M B	B S H	B S B	B B	M B	B S H	B S B	B B	M B	B S H	B S B
1	Al-Fajril Ramadan				✓			✓					✓
2	Angga				✓				✓				✓
3	Azzahra Syahira Dafa		✓				✓					✓	
4	Daffa Alfian			✓				✓				✓	
5	Ibnu Afwan			✓				✓				✓	
6	Ishaq Nawawi				✓			✓					✓
7	Khadafi Anugrah			✓				✓			✓		
8	Khairunisa			✓				✓				✓	
9	M. Aidil Akbar		✓			✓					✓		
10	Muhammad Al-Fazli			✓			✓				✓		
11	Muhammad Yakin				✓				✓			✓	
12	Nadin Amanda			✓			✓				✓		
13	Nasya Rahmadani			✓					✓				✓
14	Nur Hasanah				✓				✓				✓
15	Puan Walya Nur Ibni				✓			✓					✓
16	Rahmah				✓				✓				✓
17	Raihan Ali				✓				✓				✓

18	Satria Lubis			✓				✓				✓	
19	Siti Nur Haliza			✓				✓					✓
20	Soleha			✓				✓					✓

Keterangan BB = Belum Berkembang
 MB = Mulai Berkembang
 BSH = Berkembang Sesuai Harapan
 BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas, hasil kemampuan anak dalam menunjukkan sikap bertanggungjawab dalam kegiatan proyek, dapat disimpulkan ke dalam tabel di bawah ini dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana: P = Angka persentase
 F = Jumlah anak yang mengalami perubahan
 n = Jumlah seluruh anak

Setelah data yang diperoleh pada lembar observasi diolah dengan menggunakan rumus di atas, maka didapatkan hasil seperti apa yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 18
 Kondisi setelah tindakan Siklus 3

No	Indikator	f1	f2	f3	f4	Jumlah Anak (n)
		BB	MB	BSH	BSB	(P) %
1	Anak mengetahui aspek perilaku hidup sehat	0	1	10	9	20
		0%	5%	50%	45%	100%
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada	0	1	11	8	20
		0%	5%	55%	40%	100%

	drama yang dimainkan					
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	0	2	8	10	20
		0%	10%	40%	50%	100%

Keterangan BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa untuk melihat pembiasaan hidup sehat anak, peneliti melakukan pengamatan yang dibagi ke dalam 3 katagori atau indikator dimana Indikator 1: Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat, Indikator 2: Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, dan indikator 3 atau Indikator terakhir adalah: Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran.

Untuk melihat katagori kemampuan anak, peneliti membaginya kedalam 4 katagori dimana katagori 1 adalah belum berkembang (BB), katagori 2 adalah mulai berkembang (MB), katagori 3 adalah berkembang sesuai harapan (BSH), dan katagori 4 adalah berkembang sangat baik (BSB).

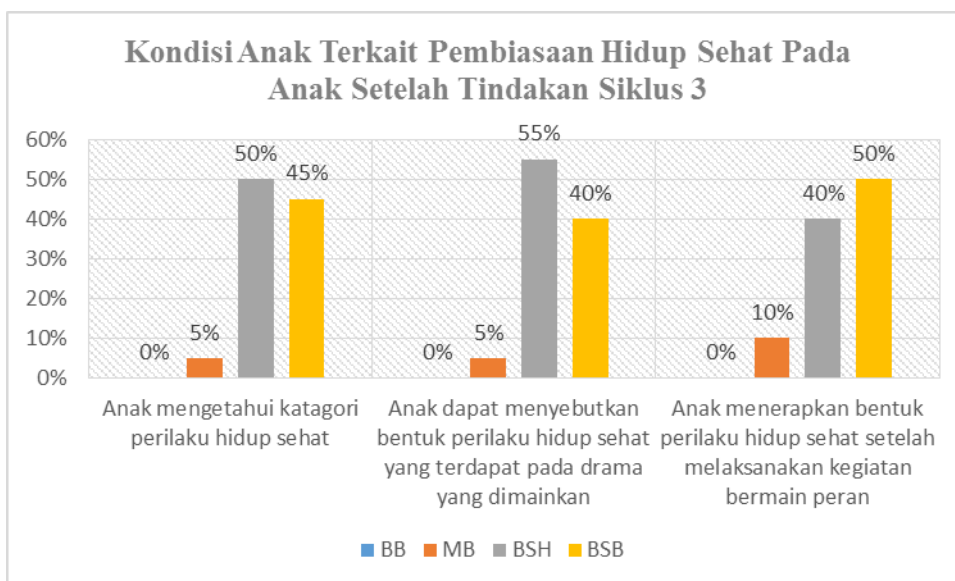
Berdasarkan hasil obeservasi tindakan siklus 3 di ketahui bahwa:

- a) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 1 yaitu Anak mengetahui aspek perilaku hidup sehat, tidak ditemui lagi anak yang termasuk ke dalam katagori belum berkembang (BB), sebanyak 1 orang anak atau setara dengan 5% termasuk ke dalam katagori mulai berkembang (MB). Sebanyak 10 orang anak atau setara dengan 50% termasuk ke dalam katagori berkembang sesuai harapan (BSH) dan 9 orang anak berada dalam katagori berkembang sangat baik (BSB) dengan persentase sebesar 45%.
- b) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 2 yaitu anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan, tidak ditemui lagi anak yang termasuk ke dalam katagori belum berkembang (BB), sebanyak 1 orang anak atau setara dengan 5% termasuk ke dalam katagori mulai berkembang (MB).

Sejumlah 11 orang anak atau setara dengan nilai persentase 55%, termasuk kedalam katagori berkembang sesuai harapan (BSH) dan serjumlah 8 orang anak atau dengan nilai persentase sebesar 40%, termasuk ke dalam katagori berkembang sangat baik (BSB).

- c) Dari 20 orang anak yang dijadikan subjek penelitian, pada indikator 3 yaitu, Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran, tidak ditemui lagi anak yang termasuk ke dalam katagori belum berkembang (BB), sebanyak 2 orang anak atau setara dengan 10% termasuk ke dalam katagori mulai berkembang (MB). Sejumlah 8 orang anak atau setara dengan nilai persentase 40%, termasuk kedalam katagori berkembang sesuai harapan (BSH) dan serjumlah 10 orang anak atau dengan nilai persentase sebesar 50%, termasuk ke dalam katagori berkembang sangat baik (BSB).

Untuk melihat perbedaan perkembangan kemampuan anak tersebut maka, berdasarkan tabel di atas, perbedaan perkembangan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Grafik 4

Kondisi Anak Setelah Tindakan Siklus 3

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, maka persentase anak yang berkembang sesuai dengan harapan dan yang berkembang sangat baik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 19
Kondisi Anak pada katagori BSH dan BSB Setelah Tindakan Siklus 3

No	Indikator	F3	F4	Persentase (%)
		BSH	BSB	(P)%
1	Anak mengetahui katagori perilaku hidup sehat	10	9	95%
		50%	45%	
2	Anak dapat menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan	11	8	95%
		55%	40%	
3	Anak menerapkan bentuk perilaku hidup sehat setelah melaksanakan kegiatan bermain peran	8	10	90%
		40%	50%	
4	Rata-Rata			93%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa kondisi anak pasca tindakan penelitian siklus 3 dapat dikatakan sudah meningkat secara cukup signifikan. Hal ini dapat dilihat dari besarnya rata-rata persentase dari indikator pencapaian yang hanya menunjukkan angka sebesar 93%. Nilai rerata ini diambil dengan cara menjumlahkan persentase yang terdapat pada setiap indikator yang kemudian jumlah tersebut dibagi dengan jumlah banyaknya indikator yang digunakan. Nilai ini mengalami peningkatan sebesar 38 % dibandingkan dengan hasil yang diperoleh pada kegiatan tindakan penelitian siklus 2 dimana pada saat kegiatan prasiklus persentase rata-rata kemampuan anak menunjukkan angka 55%.

Peningkatan nilai persentase ini terjadi dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada nilai persentase pada katagori lainnya yang cenderung lebih rendah tingkat kemampuannya. Pada katagori anak belum berkembang (BB) misalnya, pada indikator 1 terjadi penurunan sebesar 5% dimana pada kondisi siklus 1 pada indikator ini menunjukkan nilai sebesar 5% dan pada siklus 3 ini menjadi 0% saja. Pada indikator 2, katagori ini juga mengalami penurunan,

dimana pada kondisi siklus 3 ini nilai persentase menunjukkan angka 0% pada siklus sebelumnya yakni siklus 2 nilai persentase menunjukkan angka sebesar 10% dengan kata lain terjadi penurunan sebesar 10%. Pada indikator 3 untuk katagori ini terjadi penurunan sebesar 10% dimana pada siklus 2 kondisi ini menunjukkan nilai persentase sebesar 10%, pada siklus 3 ini berubah menjadi 0% saja.

Untuk katagori kemampuan anak mulai berkembang (MB), pada indikator 1 terjadi penurunan nilai sebesar 30% dimana pada siklus 2 menunjukkan nilai persentase sebesar 35%, berubah menjadi 5% pada siklus 3 ini. Pada indikator 2, katagori ini juga mengalami penurunan, dimana pada kondisi siklus 3 ini nilai persentase menunjukkan angka 5% pada siklus sebelumnya yakni siklus 2 nilai persentase menunjukkan angka sebesar 45% dengan kata lain terjadi penurunan sebesar 40%. Pada indikator 3 untuk katagori ini terjadi penurunan sebesar 20% dimana pada siklus 2 kondisi ini menunjukkan nilai persentase sebesar 30%, pada siklus 3 ini berubah menjadi 10%.

Penurunan-penurunan inilah yang menyebabkan terjadinya peningkatan nilai persentase keberhasilan yang diperoleh pada siklus 3 ini. Hal ini terbukti dengan meningkatnya kemampuan anak pada hampir setiap indikator. Untuk kemampuan anak pada katagori berkembang sesuai dengan harapan (BSH) memanglah terjadi penurunan sebesar 5% untuk indikator 1, dimana pada kondisi siklus 3 nilai persentase pada indikator ini menunjukkan nilai persentase sebesar 55% telah berubah menjadi 50%. Untuk indikator 2, dimana pada kondisi siklus 2 nilai persentase pada siklus ini menunjukkan nilai sebesar 35% telah berubah menjadi 40%. Dengan kata lain terjadi peningkatan sebesar 5% untuk indikator ini. Pada indikator 3 terjadi penurunan sebesar 10% dimana pada siklus 2 nilai persentase pada indikator ini hanya menunjukkan nilai persentase sebesar 50%, pada siklus 3 ini berubah menjadi 40%.

Untuk katagori kemampuan anak berkembang sangat baik (BSB) terjadi peningkatan sebesar 40% pada indikator 1, dimana pada siklus 2 nilai persentase pada indikator ini menunjukkan nilai sebesar 5% telah berubah menjadi 40%. Untuk indikator 2, dimana pada kondisi siklus 2 nilai persentase pada siklus ini menunjukkan nilai sebesar 10% telah berubah menjadi 40% pada siklus 2 ini,

dengan kata lain terjadi peningkatan sebesar 30% untuk indikator ini. Pada indikator 3 terjadi peningkatan sebesar 40% dimana pada siklus 2 nilai persentase pada indikator ini hanya menunjukkan nilai persentase sebesar 10%, pada siklus 3 ini berubah menjadi 50%.

Berdasarkan paparan data di atas diketahui bahwa telah terjadi perubahan yang positif terhadap kemampuan anak kelompok B RA Al Munnawar, Kabupaten Batu Bara, terkait dengan pembiasaan perilaku hidup sehat. Melalui uraian data di atas dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa, hasil yang diperoleh dari tindakan penelitian yang dilakukan pada siklus 3 telah menunjukkan hasil yang memuaskan dengan nilai persentase yang melewati batas minimum keberhasilan penelitian yaitu 70% sehingga peneliti memutuskan untuk mengakhiri kegiatan penelitian ini pada siklus ke-3.

Keberhasilan ini dapat terjadi dikarenakan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi seperti, adanya faktor kebiasaan atau rutinitas yang dilakukan selama 2 minggu sejak dilakukannya penelitian, anak sudah familiar dengan metode pembelajaran yang digunakan, pengarahan yang dilakukan oleh guru secara terus menerus, dan masih banyak lagi. Untuk mengetahui lebih jelasnya, terkait dengan refleksi yang diperoleh oleh peneliti. Peneliti akan menyampaikan hasil refleksi tersebut pada sub-bab selanjutnya.

4. Tahap Refleksi

Adapun keberhasilan dan kegagalan yang terjadi pada siklus 3 akan diuraikan sebagai berikut:

- a. Kekuatan atau kelemahan tindakan perbaikan kegiatan
 - 1) Kekuatan
 - ✓ Kegiatan dan indikator sesuai tingkat perkembangan anak
 - ✓ Materi yang disajikan sudah sesuai kemampuan anak
 - ✓ Strategi yang digunakan bervariasi sesuai dengan materi yang seharusnya
 - ✓ Anak semakin tertarik dalam melaksanakan kegiatan
 - 2) Kelemahan
 - Hasil dari penelitian yang dilakukan belum mencapai nilai persentase keberhasilan 100%.

b. Kekuatan atau kelemahan diri dalam merancang dan melakukan tindakan perbaikan kegiatan pengembangan

1) Kekuatan

- ✓ Adanya perencanaan yang peneliti lakukan sebelumnya, sehingga dapat memudahkan peneliti dalam melakukan kegiatan mengajar di depan kelas
- ✓ Berusaha melakukan teknik variasi pada saat mengajar
- ✓ Upaya mengganti kegiatan proyek terbukti efektif untuk menarik perhatian anak terhadap materi yang disampaikan

2) Kelemahan

- Tidak ditemukannya kelemahan dalam merancang dan melakukan tindakan perbaikan kegiatan pengembangan

E. Pembahasan Hasil Penelitian

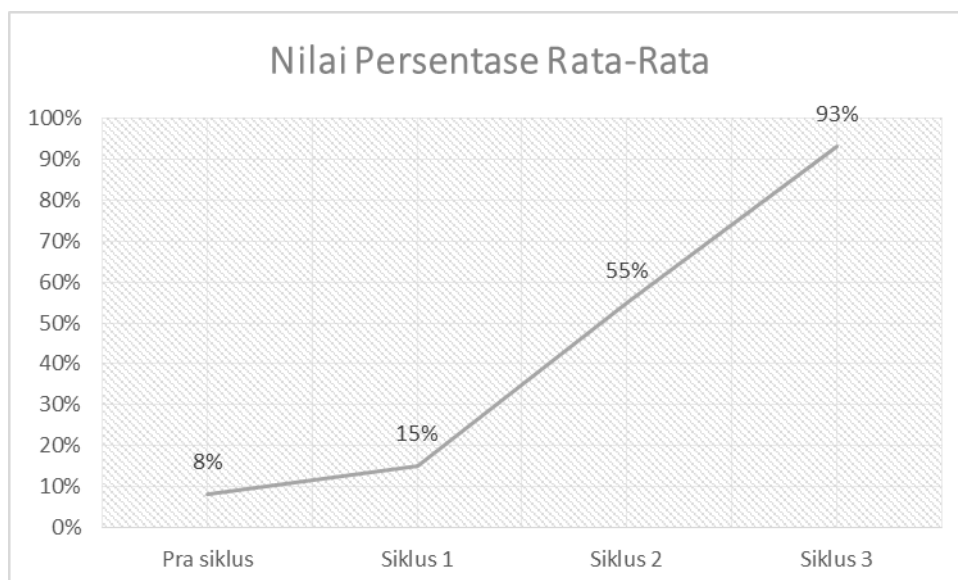
Pada sub-bab ini, peneliti akan menguraikan secara rinci mengenai data yang diperoleh baik dari kegiatan pra-siklus hingga sampai akhir dari siklus 3. Untuk mempermudah hal tersebut, peneliti menampilkan tabel dan grafik seperti di bawah ini:

Tabel 20

Persentase Rata-Rata Perkembangan Kemampuan Anak Pada Setiap Siklus

No	Siklus	Nilai Persentase Rata-Rata
1	Pra siklus	8,33%
2	Siklus 1	15%
3	Siklus 2	55%
4	Siklus 3	93%

Melalui data pada tabel di atas peneliti mengkonversikannya ke dalam bentuk grafik seperti apa yang terlihat di bawah ini:



Grafik 5

Peningkatan Kemampuan Rata-Rata Anak Pada Setiap Indikator Pada Katagori BSH+BSB di Setiap Siklus

Melalui grafik di atas diketahui bahwa, terjadi peningkatan nilai persentase rata-rata kemampuan anak pada setiap siklusnya. Peningkatan persentase kemampuan tertinggi terjadi pada siklus 2 dimana terjadi peningkatan sebesar 40%, dan diikuti oleh siklus 3 dengan persentase peningkatan sebesar 38%, dan yang terakhir terjadi pada siklus 1 dengan peningkatan sebesar 7%.

Menanggapi hasil yang diperoleh pada grafik di atas, diketahui bahwa pada siklus 1, terjadi peningkatan terendah yakni dengan persentase peningkatan sebesar 7% hal ini mungkin disebabkan karena beberapa faktor seperti adanya kelemahan dalam tindakan perbaikan kegiatan serta terdapatnya kelemahan dalam mempersiapkan atau merencanakan kegiatan.

Berdasarkan grafik di atas diketahui bahwa tindakan perbaikan yang dilakukan oleh peneliti mulai menunjukkan tingkat keberhasilan yang cukup tinggi. Sebanyak 40% peningkatan keberhasilan berhasil diperoleh peneliti pasca dilakukannya tindakan penelitian pada siklus 2. Peningkatan ini terjadi dikarenakan sudah mulai terbiasanya anak dengan metode yang digunakan, dilakukannya pengarahan serta motivasi secara terus menerus kepada anak setiap akan dilakukannya kegiatan, serta adanya persiapan yang baik sebelum

dilakukannya kegiatan penelitian berdasarkan hasil refleksi pada kegiatan tindakan penelitian sebelumnya.

Berdasarkan grafik di atas juga diketahui bahwa pasca dilakukannya kegiatan siklus 3, kembali terjadi peningkatan sebesar 38% dimana pasca dilakukannya siklus 2 kondisi anak menunjukkan nilai persentase sebesar 55% berubah menjadi 93%.

Berdasarkan uraian dari data di atas diketahui bahwa terjadinya perubahan data tersebut tentunya disebabkan oleh beberapa faktor yang terkait dalam dilakukannya tindakan penelitian serta persiapan pelaksanaan dari penelitian itu sendiri. Kelemahan dalam tindakan perbaikan ditandai dengan pada saat dilakukannya kegiatan siklus 1, masih terdapat anak yang belum memahami pengarahan yang diberikan oleh guru pada saat guru melakukan kegiatan. Selain itu penggunaan metode *roll play* yang mungkin masih terdengar asing bagi anak, membuat anak belum terbiasa dengan kegiatan *roll play* yang dilakukan dan hal ini tentunya akan berimbas kepada tidak tercapainya maksud dan tujuan yang diinginkan oleh peneliti untuk menanamkan kebiasaan perilaku hidup sehat yang sudah peneliti sisipkan melalui setiap kegiatan bermain peran tersebut.

Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Shoimin dan Aris dalam bukunya yang berjudul “68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013”, langkah-langkah pokok yang harus dilakukan sebelum menerapkan metode ini pada anak-anak adalah seperti; (1) memilih situasi bermain peran, (2) mempersiapkan kegiatan bermain peran, (3) memilih peserta/pemain peran, (4) mempersiapkan penonton, (5) memainkan peran, (6) mendiskusikan dan mengevaluasi kegiatan bermain peran³⁶. Tanpa adanya pengenalan metode terhadap anak, maka hasil yang diperoleh akan kurang maksimal.

Kurangnya pemberian pengarahan dan motivasi kepada anak juga memiliki dampak yang cukup tinggi terhadap perkembangan kemampuan anak. Menurut dalam melaksanakan metode *roll play* agar berhasil dan efektif pemberian pengarahan motivasi kepada anak dapat mempengaruhi tumbuh dan berkembangnya anak³⁷. Selain faktor-faktor yang terkait dengan tindakan

³⁶ Shoimin, Aris. 2014. 68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013. Yogyakarta: AR-Ruzz Media. Hlm 161.

³⁷ Roestiyah NK. Strategi Belajar Mengajar.

perbaikan yang dilakukan, faktor kelemahan peneliti dalam merancang kegiatan perbaikan juga memiliki andil yang cukup besar. Hal ini tercermin dari kondisi kelas yang kurang kondusif pada saat peneliti melakukan kegiatan.

Metode *roll play* adalah metode yang mengharuskan anak untuk memainkan peran yang bukan dirinya (berpura-pura menjadi orang lain) dimana dalam pelaksanaannya tentunya akan melibatkan dialog serta adegan-adegan, yang mungkin akan dianggap lucu oleh teman-teman yang lain yang tidak memainkan peran³⁸. Pada saat ini lah suasana kelas akan ricuh dan menyebabkan suasana menjadi tidak kondusif serta pesan yang ingin disampaikan peneliti melalui adegan dalam kegiatan drama tersebut tidak sampai kepada anak-anak.

Menurut Roestiya NK dalam pelaksanaan metode *roll play* baik guru ataupun anak-anak yang bermain dalam peran tersebut haruslah menguasai drama yang akan ditampilkan, apabila hal ini tidak terpenuhi maka, pesan yang ingin disampaikan melalui drama tersebut tidak akan terpapar secara maksimal³⁹.

Setelah mengetahui hal-hal yang dapat mempengaruhi keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan melalui refleksi dari kegiatan yang dilakukan, pada saat melakukan tindakan penelitian siklus 2, peneliti mencoba untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan pada siklus sebelumnya agar hasil yang diperoleh pada siklus ini dapat maksimal. Dan seperti apa yang telah dipaparkan di atas, setelah melakukan tindakan perbaikan secara maksimal, peningkatan kemampuan anak menjadi tumbuh secara optimal. Hal ini dapat terlihat dari meningkatnya nilai persentase keberhasilan pada siklus 2 dan siklus 3 yang terjadi dengan cukup signifikan.

³⁸ Lafiyati. 2014. *Op.Cit.* Hlm 11.

³⁹ Roestiyah NK.2012. *Op.Cit.* Hlm 92..

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan pada kelompok B RA Miftahul Huda Helvetia dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Upaya meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat dengan menggunakan metode *roll play* pada anak kelompok B di RA Al-Munnawar, Kabupaten Batu Bara, dapat meningkatkan pengetahuan anak terhadap katagori perilaku hidup sehat dengan nilai persentase keberhasilan adalah sebesar 90%.
2. Upaya meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat dengan menggunakan metode *roll play* pada anak kelompok B di RA Al-Munnawar, Kabupaten Batu Bara, dapat meningkatkan kemampuan Anak dalam hal menyebutkan bentuk perilaku hidup sehat yang terdapat pada drama yang dimainkan sebesar 85%.
3. Upaya meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat dengan menggunakan metode *roll play* pada anak kelompok B di RA Al-Munnawar, Kabupaten Batu Bara, dapat meningkatkan kemampuan dalam menerapkan bentuk perilaku hidup sehat. Dengan persentase keberhasilan sebesar 80%.

B. SARAN

Berdasarkan dari kesimpulan dan dari berbagai pembahasan yang telah dipaparkan dalam penelitian ini, maka di akhir penelitian ini peneliti menyarankan.

1. Untuk guru tingkat RA sederajat, apabila ingin meningkatkan pembiasaan perilaku hidup sehat pada anak sebaiknya dilakukan dengan menggunakan metode *roll play*.
2. Untuk mencapai hasil yang optimal dalam penggunaan metode ini, sebaiknya guru lebih memperhatikan kepada kesiapan peralatan yang digunakan, serta pengkondisian kelas yang baik, agar hasil yang diperoleh dapat dicapai secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Tabany T I B. 2014. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif, Progresif, dan Kontekstual*. Jakarta: Prana Media Grup.
- Astuti, S. 2014. Upaya meningkatkan kemampuan mengenal konsep pengurangan melalui metode bermain peran (*roll playing*) peserta didik kelompok B RA Muslimat NU Adikarto III Muntilan Magelang. Skripsi.
- Bukhori, Imam. 2010. Proses Pendidikan Ahklak Mulia Melalui Pembiasaan di Sekolah. KTI. Madrasah Tsanawiyah Negri 12.
- Direktur Jendral Pnendidikan Islam. 2016. Putusan Direktur Kementrian Pendidikan Islam nomor: 3489 Tahun 2016 Tentang Kurikulum Raudhatul Athfal.
- Kemdikbud. KBBI. <http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kebiasaan>. Diakses pada tanggal 16 Desember 2016. Pada pukul 10:46. WIB.
- Khasanah, U.A. 2014. Upaya menumbuhkan rasa percaya diri dengan metode bermain peran pada kelompok B di RA Muslimat NU Kemiren Srumbung Magelang. Skripsi.
- Lafiyati. 2014. Upaya meningkatan pembiasaan perilaku hidup sehat dengan metode *Roll play* pada kelompok A RA Muslimat Nu Jogomulyo I Tempuran Magelang.
- Maspupah. 2011. Pengaruh tayangan kartun animasi ipin dan upin di media nusantara citra televisi terhadap penggunaan kosa kata murid Raudhatul Athfal Al-Bariyyah Keramat Jati Jakarta. Skripsi. Fakultas Ilmu Dakwah. UIN Syarif Hidayatullah.
- Muthoharoh, A.I, Tijan, Suprayogi. 2010. Pendidikan Nasionalisme Melalui Pembiasaan Di Sd Negeri Kuningan 02 Semarang Utara. KTI.
- Pratiwi, A.S. 2009. Penilaian promosi kesehatan serta pola hidup sehat tenaga kerja hsm dan pp3 p.t. Krakatau steel sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan tenaga kerja.
- Ratnasari, Anne. 2005. Komunikasi kesehatan: Penyebaran Informasi Gaya Hidup Sehat. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*. 9: 2.

- Roestiyah, N.K. 2012. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Adi Mahasatya.
- Ruhlat, A. 2014. *Model Pembelajaran Efektif Bagi Guru Kreatif*. Bandung: Gaza Publishing.
- Satiadarma, M.P. 2002. Pura-pura sakit untuk mencari simpati. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Shoimin, Aris. 2014. 68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013. Yogyakarta: AR-Ruzz Media.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta,
- Sujiono, Y. A dan Bambang, Sujiono. 2010. Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak. Jakarta: Indeks.
- Sujiono, Y.A. 2009. Metode Pengembangan Kognitif. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Suyatno. 2009. Menjelajah Pembelajaran Inovatif. Sidoarjo: Masmedia Buana Pustaka.
- Wibawa, S. Penelitian Tindakan Kelas. FBY Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wiyani, N.A. dan Barnawi. 2014. Format PAUD. Jakarta: AR-Ruzz Media.
- Wratsongko, Madyo. 2004. Pedoman sehat tanpa obat. Jakarta: elex media komputindo.